ваш домашний повар

ЛУЧШИЕ блюда из ПОМИДОРОВ, ОГУРЦОВ, ПЕРЦА, КАПУСТЫ и КАБАЧКОВ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В этой книге вы найдете лучшие рецепты блюд из помидоров, огурцов, перца, капусты и кабачков. Специально для вас их подобрали и испробовали наши авторы.

Закуски, салаты свежие и консервированные, икра, первые и вторые блюда, а также множество других оригинальных рецептов, приготовление которых не отнимет много времени, зато украсит и разнообразит ваш стол.

Готовьте и наслаждайтесь!

- Составитель Сергей Павлович Кашин
  - Закуски
    - Сладкий перец с чесноком
    - Капуста с морковью
    - Огуречная горка
    - Огурцы с кольцами лука
    - Ароматные помидоры
    - Помидоры с огурцами и перцем
    - Помидоры, фаршированные печенью трески
    - Сладко-кислая капуста
    - Капуста с помидорами
    - Капуста с зеленым горошком
    - «Колючая» капуста
    - Фасоль с солеными огурцами
    - Вареники с капустой
    - Вареники с кабачками
    - Фаршированные помидоры
    - Помидоры с яйцами
    - Помидоры с кабачками
    - Кабачки с огурцами
    - Чесночные кабачки
    - Фаршированный перец
    - Хрен с помидорами
    - Хрен с квашеной капустой
    - Редька с кислой капустой
    - Редька с огурцом
    - Икра из помидоров и зелени
    - Икра из помидоров и черемши
    - Помидоры с луком в сметане
    - Закуска из помидоров и репчатого лука
    - Закуска из помидоров и сосисок
    - Закуска из помидоров, огурцов и хрена

- Закуска из помидоров, огурцов и стручковой фасоли
- Слоеная закуска из помидоров и огурцов
- Помидоры под соусом из простокваши
- Томатная закуска с баклажанами
- Закуска из помидоров и чеснока
- Закуска из помидоров, мяса курицы и маринованного винограда
- Закуска из помидоров и кабачков
- Закуска из помидоров и моркови
- Закуска из помидоров и ветчины
- Закуска из помидоров и топинамбура
- Острая закуска из помидоров и огурцов
- Помидоры, фаршированные печенью трески
- Помидоры, фаршированные сельдереем и ананасом
- Помидоры, фаршированные баклажанной икрой
- Помидоры, фаршированные консервированной рыбой
- Помидоры, фаршированные сыром
- Помидоры, фаршированные брынзой
- Помидоры, фаршированные мясом курицы
- Помидоры, фаршированные говяжьим фаршем и запеченные в духовке
- Помидоры, фаршированные маринованным луком
- Помидоры, фаршированные редькой и зеленым горошком
- Огурцы с горчицей
- Закуска из огурцов и редиса
- Соленые огурцы в томатном соусе
- Закуска из огурцов по-литовски
- Закуска из огурцов и печеных баклажанов
- Закуска из огурцов и листьев одуванчика
- Закуска из огурцов и репчатого лука
- Закуска из огурцов и риса
- Закуска из огурцов, листьев одуванчика и орехов
- Закуска из огурцов и щавеля
- Закуска из огурцов и мяса курицы
- Закуска из соленых огурцов и макаронных изделий
- Огурцы под сметанным соусом
- Закуска из огурцов и брынзы
- Огурцы с укропом в сметане

- Закуска из огурцов, помидоров и яблок
- Закуска «Колокольчики»
- Лечо по-домашнему
- Болгарский перец под яблочным соусом
- Закуска из болгарского перца и чеснока
- Закуска из отварного болгарского перца
- Закуска из болгарского перца и соленых огурцов
- Закуска из болгарского перца, зеленого горошка и риса
- Закуска из болгарского перца и помидоров
- Закуска из маринованного болгарского перца и лука
- Закуска из болгарского перца по-татарски
- Болгарский перец с маслинами
- Закуска из горького перца
- Закуска из болгарского перца и сыра
- Горький перец с грибами в томате
- Закуска из белокочанной капусты, редиса и огурцов
- Закуска из белокочанной капусты, помидоров и яблок
- Закуска из квашеной капусты, редьки и грецких орехов
- Закуска из белокочанной капусты, свеклы и редиса
- Закуска из белокочанной капусты, огурцов и моркови
- Закуска «Пикантная»
- Закуска из белокочанной капусты и зеленого горошка
- Закуска из белокочанной капусты и помидоров
- Закуска из белокочанной капусты и чеснока
- Закуска из белокочанной капусты и картофеля
- Закуска из белокочанной капусты и свеклы
- Острая закуска из белокочанной капусты
- Закуска из капусты и лимона
- Закуска из краснокочанной капусты и яблок
- Закуска из брюссельской капусты и зеленого лука
- Закуска из капусты и сельдерея
- Капуста, тушенная с сельдереем
- Квашеная капуста с грибами
- Закуска из кольраби
- Закуска из краснокочанной капусты и зеленого

лука
- Краснокочанная капуста под сметанным соусом
- Закуска из краснокочанной капусты и картофеля
- Закуска из кабачков и лука
- Закуска из кабачков и огурцов
- Закуска из тыквы
- Тыква в маринаде
- Кабачки, жаренные с мясом
- Закуска из кабачков и помидоров
- Запеканка из кабачков, яиц и сыра
- Кабачки, тушенные с морковью и луком
- Закуска из кабачков и баклажанов
- Кабачки, запеченные с луком
- Острая кабачковая икра
- Закуска из кабачков, зеленого горошка и моркови
- Закуска из маринованных патиссонов и соленых огурцов
- Закуска из тушеных кабачков и свежих помидоров
- Закуска из кабачков и зелени
- Кабачки, тушенные с капустой
- Закуска из соленых кабачков и консервированной фасоли

○ Салаты
- Капустный салат с мясом, овощами и фруктами
- Капустный салат с перцем
- Овощной салат с сыром
- Зеленый салат со сметаной и яйцом
- Салат с помидорами, рисом и яйцом
- Томатно-огуречный салат
- Салат из курицы с овощами в медовом соусе
- Салат из мяса кролика
- Салат из курицы и белокочанной капусты
- Салат из говядины и помидоров
- Салат из курицы с краснокочанной капустой
- Салат из колбасы с маринованными огурцами
- Салат из жареной курицы и свежих огурцов
- Салат из сазана с маринованными огурцами
- Салат из камбалы с креветками
- Салат из сельди и свинины
- Салат из морских гребешков
- Салат из кальмаров с помидорами
- Салат из морского окуня с помидорами

- Салат с сельдью, яблоками и свеклой
- Салат из сельди и белокочанной капусты
- Салат из шампиньонов и соленых огурцов
- Винегрет с квашеной капустой
- Винегрет с огурцами и сметаной
- Салат из моркови и квашеной капусты
- Салат из квашеной капусты с луком
- Салат из помидоров со сладким перцем
- Салат из белокочанной капусты и клюквы
- Салат из тыквы и соленых огурцов
- Салат из огурцов с виноградным уксусом
- Салат из красной фасоли, маринованных огурцов и яблок
- Салат из огурцов со сметаной
- Салат из помидоров и брынзы
- Салат овощной с маслинами
- Салат из помидоров со сметаной
- Салат из помидоров с простоквашей
- Салат из огурцов и помидоров с маслом
- Салат из белокочанной капусты с яблоками и сахаром
- Салат из огурцов и листьев одуванчика
- Салат из огурцов и редиса
- Салат из белокочанной капусты с лимонным соком
- Салат из белокочанной капусты с морковью
- Салат из помидоров с яблоками и зеленым луком
- Салат из цветной капусты и помидоров
- Салат из цукини и огурцов
- Салат из квашеной капусты с яблоками
- Салат из свеклы с краснокочанной капустой

○ Супы

- Украинский простой борщ
- Гетманский борщ
- Киевский борщ
- Киевский борщ с грибами
- Полтавский борщ с галушками
- Черниговский борщ
- Волынский борщ
- Украинский сборный борщ
- Постный борщ
- Селянский холодный борщ
- Холодняк

- Летний борщ
- Суп с огурцом и куриной грудкой
- Суп грибной
- Запорожская похлебка
- Днепровская похлебка
- Солянка с почками
- Огуречник соленый
- Капустник
- Огуречник фасолевый
- Юшка с почками
- Суп из свежей капусты с консервированным горошком
- Суп из картофеля и свежей капусты
- Картофельный суп с томатами
- Суп с кабачками и капустой
- Суп с цукини (итальянская кухня)
- Суп с томатами (итальянская кухня)
- Крестьянский овощной суп с перловой крупой
- Томатный суп
- Суп с овощами и фасолью
- Грибной суп с огурцами
- Грибной суп с капустой
- Суп с солеными грибами и ветчиной (латвийская кухня)
- Суп из белых грибов и кабачков
- Суп харчо (кавказская кухня)
- Суп с квасом и гусиными потрохами
- Уха из судака
- Суп из осетрины с томатами
- Рыбная похлебка с грибами и консервированными томатами
- Окрошка мясная
- Окрошка овощная
- Холодный суп с огурцами
- Холодный суп со свежими огурцами и томатами (индийская кухня)
- Холодный суп с огурцами и изюмом (иранская кухня)
- Холодный суп с перцем
- Холодный суп с перцем
- Суп-пюре из томатов с гарниром из риса
- Суп-пюре из кабачков
- Суп-пюре из кабачков с гарниром из зеленой фасоли

- Суп из креветок и томатов (испанская кухня)
- Томатный суп с креветками и бамией

- Запеканки из мяса
  - Фарш с капустой, рисом и луком
  - Говяжий фарш с кукурузой, картофелем, помидорами и базиликом
  - Фарш с картофелем, помидорами и молоком по-молдавски
  - Фарш с капустой и салом по-французски
  - Говяжий фарш с грибами, сладким перцем, картофелем и луком
  - Фарш с шампиньонами, сладким перцем, брынзой и сливками
  - Фарш с капустой, овсяными хлопьями, луком и салом
  - Говяжий фарш со сладким перцем, чеддером, сухарями и сметаной
  - Фарш с баклажанами, кабачками и луком
  - Мясо с рисом, грибами, ветчиной, помидорами и зеленью
  - Вареное мясо с баклажанами, помидорами, луком и сыром
  - Баранина с авокадо, салатом-латуком, помидорами и оливками
  - Курица с картофельным пюре, сладким перцем, луком и чесноком
  - Курица с грибами, сыром и кабачками под соусом
  - Курица с рисом, сладким перцем, ананасами и персиками
  - Куропатки с грибами, рисом, помидорами и сыром
  - Индейка со сладким перцем, помидорами, луком и майонезом
  - Колбаски-гриль со сладким перцем и рисом
  - Сосиски со сладким перцем, красным луком, яйцами и сыром
- Запеканки из рыбы
  - Треска с картофелем, помидорами, вином и оливками
  - Треска с помидорами, сыром и луком по-португальски
  - Рыба с картофелем, луком, помидорами и сельдереем

- Рыбное филе с картофелем, помидорами, кориандром и луком
- Рыба со сладким перцем, луком-пореем и укропом
- Сельдь с рисом, сливками, мягким сыром и помидорами
- Шпроты с шампиньонами, картофелем и помидорами
- Рыба с креветками, помидорами, сыром и брынзой

○ Запеканки из овощей
- Картофель с помидорами, зеленым луком, сыром и брынзой
- Капуста с брынзой, рисом и луком по-болгарски
- Капуста с рисом, яйцами и сметаной
- Кабачки с ликером, яйцами и миндалем
- Овощной микс с перцем чили, тмином и мятой
- Помидоры с хлебом, грецкими орехами и сыром
- Баклажаны с помидорами, сладким перцем, луком и сыром
- Зеленая фасоль с помидорами, зеленым горошком, рисом и маком
- Грибы с рисом, сладким перцем, кинзой и хмели-сунели
- Помидоры со сметаной, укропом и чесноком
- Кабачки с яйцами, брынзой и миндалем

○ Макаронники и лапшевники
- Говядина с овощами и сыром
- Вареное мясо с яйцами, сметаной и маслом
- Фарш с вином, помидорами, беконом и душицей
- Говяжий фарш с овощами под соусом
- Фарш с овощами, сливками и сыром по-итальянски
- Анчоусы с помидорами, цукини, базиликом и оливками
- Брокколи с помидорами, йогуртом и сыром
- Сладкий перец с луком-шалотом, цукини и томатной пастой
- Мясо с шампиньонами, копченым салом и помидорами
- Грибы с цукини, помидорами и прованскими травами
- Сырокопченая ветчина с помидорами, оливками и перцем чили

- Окорок с помидорами, творогом и сливками
- Курица с капустой, горчицей, сметаной и сыром
- Копченая индейка с сыром, квашеной капустой и зеленым луком
- Капуста с брынзой, яйцами и молоком
- Помидоры с луком и сыром
- Помидоры с цукини, баклажанами и мускатным орехом
- Баклажаны с помидорами, чесноком, сыром и базиликом

○ Вторые блюда
- Фаршированный кабачок (1-й способ)
- Фаршированный кабачок (2-й способ)
- Голубцы простые
- Пелюстки
- Квашеная капуста с пшеном
- Блины из капусты
- Капуста со свиными ребрышками
- Кабачки с огурцами
- Кабачки с мясом
- Кабачки с мясом и грибами
- Запеканка из кабачков
- Кабачковая кашка
- Запеченная телятина с баклажанами, сладким перцем, сельдереем, сметаной, петрушкой, розмарином и укропом
- Запеченная свинина с репой, морковью, помидорами, кукурузой, чесноком, розмарином, базиликом и тимьяном
- Тушеная свинина с капустой, редькой, морковью, сельдереем, майораном, петрушкой и розмарином
- Тушеная свинина с грибами, помидорами, чесноком, имбирем, зеленым луком и петрушкой
- Яйца с копченым мясом, треской, помидорами, розмарином, майораном, базиликом и петрушкой
- Запеченная свиная грудинка с квашеной капустой, яблоками, луком и петрушкой
- Помидоры с вареным мясом, картофелем, горчицей, укропом, каперсами и кукурузным маслом
- Тушеный перец с вареной говядиной, капустой, морковью, помидорами, яйцами, укропом и

петрушкой

- Тушеный перец со свининой, стручковой фасолью, зеленым горошком, морковью, свеклой и петрушкой
- Тушеный перец с фаршем, белой фасолью, яблоками, репой, морковью, чесноком, петрушкой и сыром
- Запеченный перец с фаршем, грецкими орехами, зеленым горошком, морковью, сыром и зернами граната
- Тушеный перец с вареным мясом, окороком, языком, помидорами, свеклой, солеными огурцами и сыром
- Запеченные кабачки со свининой, вешенками, сладким перцем, зеленым горошком, петрушкой, кинзой и кресс-салатом
- Запеченные кабачки с фаршем-ассорти, рисом, сметаной, чесноком, сельдереем и петрушкой
- Тушеные огурцы с фаршем, сладким перцем, морковью, яблоками, зеленым горошком, петрушкой и карри
- Жареные кабачки со свининой, рисом, морковью, помидорами, чесноком, розмарином и эстрагоном
- Запеченные макароны с фаршем, томатной пастой, чесноком, бульоном, сыром и базиликом
- Запеченный перец под соусом со свиным фаршем, рисом, луком-шалотом, сливками и острой паприкой
- Запеченные кабачки с крольчатиной, картофелем, оливками, солеными огурцами, сыром и петрушкой
- Запеченные булочки с колбасой, яйцами, помидорами, сыром и зеленью
- Помидоры с ветчиной, сыром, майонезом, лимонным соком и петрушкой
- Помидоры с ветчиной, фасолью, маринованными огурцами, майонезом и петрушкой
- Запеченные помидоры с колбасой, зеленым горошком, укропом, яйцами и сыром
- Помидоры с ветчиной, кукурузой, маринованными огурцами, картофелем, луком, укропом и петрушкой

- Помидоры с бужениной, маринованными шампиньонами, огурцами, сыром, картофелем и грецкими орехами
- Помидоры с колбасой, редисом, яйцами, зеленым луком, салатом, петрушкой и укропом
- Помидоры с ветчиной, шпинатом, грецкими орехами, мускатом, чесноком и луком
- Запеченный перец с окороком, грибами, картофелем, луком, сыром и укропом
- Перец с колбасой, помидорами, огурцами, острым соусом, шпинатом, луком и петрушкой
- Запеченный перец с бужениной, рисом, маринованными грибами, грецкими орехами, брынзой и зеленью
- Запеченные кабачки с колбасой, ветчиной, брынзой, сыром, огурцами, луком и базиликом
- Запеченные кабачки с ветчиной, рисом, черносливом, сыром, майонезом, петрушкой и кинзой
- Запеченная курица с потрохами, сладким перцем, помидорами, морковью, изюмом, маслинами и сахаром
- Тушеный перец с куриным филе, рисом, кукурузой, морковью, огурцами, томатной пастой и укропом
- Запеченные кабачки с вареной курицей, капустой, яблоками, зеленым горошком, сельдереем, базиликом и хреном
- Запеченные кабачки с индейкой, маслинами, кукурузой, помидорами, острым соусом, салатом и зеленым луком
- Тушеные огурцы с куриным филе, картофелем, морковью, яйцами, тмином, кинзой и петрушкой
- Жареные кабачки с индейкой, апельсинами, яблоками, сыром, зеленым луком и базиликом
- Запеченные помидоры с куриной печенью, кукурузой, огурцами, петрушкой, сельдереем и майонезом
- Жареные кальмары с мидиями, сыром, рисом, помидорами, душицей и паприкой
- Яйца под горчичным соусом с осетриной, маринованными огурцами, помидорами, сладким перцем и маслинами
- Запеченная репа с треской, сладким перцем,

помидорами, огурцами, яблоками, оливками, эстрагоном и кинзой

- Запеченная свекла с соленой скумбрией, шампиньонами, картофелем, помидорами, сыром и майонезом
- Жареные кабачки с печенью трески, кукурузой, сладким перцем, сыром, майораном, петрушкой и зеленым салатом
- Тушеный перец с рыбными консервами, помидорами, огурцами, сельдереем, тмином, сыром и острым соусом
- Яйца с консервированным лососем, картофелем, морковью, маринованными огурцами, хреном, петрушкой и укропом
- Помидоры с креветками, кукурузой, петрушкой, яйцами и сыром
- Свекла под сметанным соусом с креветками, сладким перцем, яблоками, лимоном, петрушкой и зеленым салатом
- Яйца с креветками, сладким перцем, яблоками, огурцами, сметаной, петрушкой и укропом
- Тушеный перец с морским гребешком, рисом, луком, зеленью, томатной пастой и сметаной
- Запеченные гогошары с капустой, помидорами, чесноком и луком
- Запеченные помидоры со шпинатом, яблоками, сметаной, сыром, лимонным соком и укропом
- Помидоры с морковью, сладким перцем, зеленым горошком, луком, майонезом и петрушкой
- Запеченный маринованный перец с зеленым салатом, яйцами, огурцами, сыром, укропом и петрушкой
- Корзиночки из маринованного перца с морковью, помидорами, чесноком, луком-пореем, шафраном и имбирем
- Жареные кабачки с цветной капустой, сладким перцем, морковью, майораном, чесноком, петрушкой и зеленым салатом
- Запеченные кабачки под острым соусом с зеленым горошком, сливками, сметаной, петрушкой, мускатным орехом и сыром
- Запеченный картофель с кабачками, зеленым горошком, тмином, кориандром, петрушкой,

шпинатом, острым и сладким перцем
- Запеченные огурцы с цветной капустой, яйцами, сыром, майонезом и петрушкой
- Огурцы с цветной капустой, помидорами, петрушкой, яйцами, майонезом и сметаной
- Запеченный картофель с баклажанами, острым и сладким перцем, оливками, кукурузой, укропом, кориандром и кинзой
- Запеченный картофель с баклажанами, помидорами, луком, чесноком, кукурузой, укропом и петрушкой
- Тушеный перец с морковью, петрушкой, луком и помидорами
- Тушеный перец с грибами, рисом, помидорами и луком
- Жареные огурцы с картофелем, зеленым горошком, кукурузой, яйцами, редисом, базиликом, петрушкой и укропом
- Помидоры с маринованными грибами, рисом, луком, сметаной, петрушкой и паприкой
- Помидоры с шампиньонами, кукурузой, зеленым салатом, луком, майонезом и петрушкой
- Помидоры с шампиньонами, картофелем, укропом, сыром, сметаной и лимонным соком
- Помидоры с вешенками, зеленым горошком, солеными огурцами, петрушкой и яблоками
- Запеченные баклажаны с грибами, луком и соевым майонезом
- Жареные кабачки с вешенками, зеленым горошком, луком, сметаной, укропом, кинзой и красным перцем
- Жареные кабачки с маринованными грибами, капустой-ассорти, красной фасолью, морковью и чесноком
- Запеченные кабачки под грибным соусом с помидорами, сладким перцем, морковью, луком и петрушкой
- Запеченные артишоки с белыми грибами, помидорами, острым соусом, кресс-салатом и укропом
- Запеченные огурцы с солеными груздями, оливками, яйцами, морковью, базиликом, укропом и душицей
- Помидоры с кукурузой, петрушкой, яйцами и

сметаной
- Помидоры с оливками, сыром, чесноком, яйцами и майонезом
- Тушеный перец с красной фасолью, рисом, зеленым горошком, морковью, луком и укропом
- Помидоры с брынзой, петрушкой, укропом, сметаной и лимонным соком
- Запеченные кабачки с брынзой, помидорами, чесноком, майонезом, душицей и щавелем
- Запеченные баклажаны с фасолью, сладким перцем, луком, чесноком, томатным соусом, шпинатом и кресс-салатом
- Кабачки, фаршированные говядиной и солеными огурцами
- Кабачки, фаршированные печенью и морковью
- Кабачки, фаршированные курицей и кукурузой
- Кабачки, фаршированные курицей и грибами
- Помидоры, фаршированные бараниной и зеленым горошком
- Помидоры, фаршированные бараниной, рисом и кукурузой
- Помидоры, фаршированные бараниной и кинзой
- Помидоры, фаршированные свининой и морковью
- Помидоры, фаршированные курицей, с греческим соусом
- Помидоры, фаршированные свининой и луком-пореем
- Помидоры, фаршированные свининой и гречневой кашей
- Помидоры, фаршированные курицей и каперсами
- Помидоры, фаршированные курицей и орехами
- Помидоры, фаршированные индейкой, с франкфуртским соусом
- Болгарский перец, фаршированный свининой, грибами и луком
- Болгарский перец, фаршированный печенью, рисом и кукурузой
- Болгарский перец со свининой и орехами
- Болгарский перец, фаршированный говядиной, капустой и грибами
- Болгарский перец, фаршированный мясом, морковью и кукурузой

- Болгарский перец, фаршированный мясом и шампиньонами
- Болгарский перец, фаршированный мясом кролика и грибами
- Паровые котлеты из говядины с кабачками и грибами
- Котлеты из говядины с кабачками
- Котлеты из говядины с капустой
- Котлеты из свинины с кабачками
- Котлеты с болгарским перцем и сельдереем
- Котлеты с помидорами черри и сыром
- Котлеты из курицы и болгарского перца в томате
- Зразы из говядины с квашеной капустой
- Зразы из говядины с солеными огурцами и каперсами
- Зразы из свинины с морковью и помидорами
- Зразы из баранины с луком и кинзой
- Голубцы с говядиной
- Голубцы с говядиной, рисом и морковью
- Голубцы с говядиной и шампиньонами
- Голубцы с говядиной в сметане
- Голубцы по-запорожски
- Жареные голубцы со свининой и брынзой
- Голубцы с бараниной и зеленью кинзы
- Голубцы со смешанным фаршем и красным вином
- Голубцы с курицей, рисом и цукини
- Голубцы с курицей, зеленым горошком и морковью
- Голубцы с курицей, рисом и карри
- Голубцы с курицей и болгарским перцем
- Голубцы с уткой и яблоками
- Голубцы из краснокочанной капусты с уткой, фасолью, кукурузой и щавелем
- Голубцы с уткой под сырным соусом
- Голубцы с мясом гуся и черносливом
- Тефтели из свинины с овощным соусом
- Тефтели из свинины с цукини и свежими помидорами
- Тефтели по-украински
- Тефтели «Московские»
- Тефтели с квашеной капустой по-русски
- Тефтели «Прибалтийские»
- Тефтели из баранины с патиссонами в медовом

соусе
- Тефтели из баранины с овощами
- Тефтели из курицы с овощами
- Тефтели из курицы с овощами и маслинами
- Тефтели из куриной печени с овощами
- Фрикадельки из курицы на пару
- Фрикадельки из филе утки, тушенные с морковью и капустой
- Пирог со свининой и белыми с грибами
- Пирожки с почками и солеными огурцами
- Пирожки с мясным фаршем и помидорами
- Пирожки с говядиной и квашеной капустой
- Чебуреки с говядиной, картофелем, морковью и болгарским перцем

○ Шашлык
- Шашлык из баранины с луком и помидорами
- Шашлык из баранины по-кавказски
- Шашлык по-китайски
- Шашлык из баранины с помидорами и чесноком
- Чоп-кебаб (1-й способ)
- Чоп-кебаб (2-й способ)
- Кебаб
- Кебаб с помидорами и белым вином
- Шашлык из баранины с маринованными овощами
- Шашлык из баранины с яблоками и сладким перцем
- Колбаски из баранины с помидорами
- Шашлык из говядины с помидорами и луком
- Шашлык из телятины
- Шашлык из свинины с помидорами
- Свинина по-русски
- Шашлык из говяжьего фарша с кабачками и булочкой
- Шашлык из курицы
- Шашлык из цыплят с помидорами
- Шашлык из домашней птицы с солеными огурцами
- Шашлык ассорти с овощами
- Шашлык из трески с помидорами
- Шашлык из осетрины с помидорами
- Шашлык ассорти с овощами
- Шашлык из овощей и сосисок
- Шашлык из картофеля, помидоров и грибов

- Шашлык из картофеля с болгарским перцем и помидорами
- Шашлык вегетарианский

- Начинки
  - Начинка из капусты
  - Начинка из капусты со сливками
  - Начинка из квашеной капусты
  - Начинка из квашеной капусты с белыми грибами
  - Начинка из квашеной капусты и моркови
  - Начинка из капусты и изюма
  - Начинка из капусты и плавленого сыра
  - Начинка из капусты, кукурузы и сыра
  - Начинка из картофеля и квашеной капусты
  - Начинка из свежей и квашеной капусты
  - Начинка из картофеля, квашеной капусты и грибов
  - Начинка из картофеля, капусты и грибов
  - Начинка из кабачков
  - Начинка из кабачков с молоком
  - Начинка из кабачков, томатов и сладкого перца
  - Начинка из томатов, кабачков и сыра
  - Начинка из томатов, сладкого перца и брынзы
  - Начинка из баклажанов и капусты
- Консервирование
  - Салат из огурцов и чеснока в смородиновом соке
  - Салат «Сельский»
  - Салат из огурцов по-болгарски
  - Салат «Закусочный»
  - Салат из огурцов по-русски
  - Салат из огурцов и яблок
  - Салат «Новгородский»
  - Салат «Любительский»
  - Салат из огурцов с луком и морковью
  - Салат из огурцов в томате
  - Салат из огурцов в яблочном соке
  - Салат из огурцов с луком
  - Салат из огурцов с морковью и хреном
  - Салат из огурцов и помидоров
  - Салат из огурцов, капусты и моркови
  - Салат из огурцов и капусты по-украински
  - Салат из огурцов и цветной капусты
  - Салат «Слоеный»
  - Салат из огурцов, патиссонов и болгарского перца

- Салат из помидоров с чесноком и зеленью
- Зеленые помидоры с луком и специями
- Зеленые помидоры с чесноком, луком и морковью
- Помидоры с чесноком, зеленью и острым перцем
- Салат из помидоров в томатном соке
- Салат из помидоров с луком в томатном соке
- Салат из помидоров с морковью и томатным соком
- Салат из помидоров в яблочном соке
- Салат из помидоров с томатным и яблочным соком
- Салат из помидоров и огурцов с томатным и яблочным соком
- Салат из помидоров и чеснока в смородиновом соке
- Салат из помидоров с луком
- Салат из помидоров с виноградом
- Салат из помидоров с горчицей
- Острый салат с помидорами, чесноком, зеленью, листьями вишни и смородины
- Салат из помидоров с морковью
- Салат из помидоров и огурцов с луком
- Салат из помидоров с душистым перцем и укропом
- Салат из зеленых и красных помидоров с морковью
- Салат «Зимний вечер»
- Салат из помидоров по-одесски
- Салат из помидоров и яблок
- Салат из помидоров в яблочном соке
- Салат из помидоров, капусты и моркови
- Салат из помидоров и цветной капусты
- Салат из помидоров и капусты по-украински
- Салат из помидоров, патиссонов и болгарского перца
- Салат из помидоров с хреном и эстрагоном
- Салат из помидоров, зелени и моркови со специями
- Салат из помидоров с болгарским перцем, морковью и специями
- Салат из помидоров, горького перца с луком и морковью
- Салат из помидоров с зеленой стручковой

фасолью
- Салат из помидоров с луком, стрелками чеснока и морковью
- Салат «Овощная фантазия»
- Баклажанная икра
- Салат из баклажанов и помидоров
- Салат из баклажанов с болгарским перцем
- Салат из баклажанов, капусты и моркови
- Салат из баклажанов, патиссонов и болгарского перца
- Салат из баклажанов и капусты по-украински
- Фаршированные кабачки в томатном соке
- Кабачки с чесноком по-украински
- Соленые кабачки с листьями айвы и вишни
- Соленые кабачки с гвоздикой и листьями хрена
- Салат из кабачков и чеснока в смородиновом соке
- Салат «Сельский»
- Салат из кабачков с болгарским перцем
- Салат из молодых кабачков
- Салат из кабачков с хреном, перцем и базиликом
- Салат из кабачков с огуречным и яблочным соком
- Салат из кабачков и яблок
- Салат из кабачков с чесноком и зеленью
- Салат из кабачков и патиссонов с яблоками
- Салат из кабачков с луком и морковью
- Соленые патиссоны с зеленью
- Салат из патиссонов в томатном соке
- Патиссоны, маринованные с перцем
- Салат из патиссонов в яблочном соке
- Салат из патиссонов с луком
- Салат из патиссонов с морковью и хреном
- Салат из патиссонов и помидоров с зеленью
- Салат из патиссонов, капусты и моркови
- Салат из патиссонов и белокочанной капусты
- Салат из патиссонов и цветной капусты
- Салат из патиссонов с овощами и зеленью
- Салат из патиссонов, кабачков и болгарского перца
- Салат из квашеной капусты по-русски
- Салат из квашеной капусты с сельдереем
- Салат из капусты и чеснока в смородиновом соке

- Салат из капусты с хреном и чесноком
- Салат из капусты с болгарским перцем и специями
- Салат из капусты, горького перца и зелени
- Салат из капусты с огуречным и яблочным соком
- Салат из капусты и яблок с мелиссой
- Салат из капусты, хрена и листьев вишни
- Салат из белокочанной капусты с зеленью
- Салат из капусты с луком и морковью
- Салат из капусты в томатном соке
- Салат из капусты с луком
- Салат из капусты в яблочном соке
- Салат из капусты с морковью и хреном
- Салат из капусты и помидоров
- Салат из капусты, огурцов и моркови
- Салат из капусты и баклажанов
- Салат из цветной капусты и огурцов с помидорами
- Салат из капусты с томатным соком и зеленью
- Салат из капусты, патиссонов и болгарского перца
- Салат из краснокочанной капусты с яблоками и хреном
- Капуста, маринованная с хреном
- Капуста по-московски с морковью и специями
- Салат консервированный из квашеной капусты с морковью и яблоками
- Салат из болгарского перца
- Салат-икра из болгарского перца
- Жареный перец с луком
- Икра из болгарского перца с помидорами и огурцами
- Салат из болгарского перца по-рижски
- Болгарский перец с морковью и помидорами
- Салат из перца по-украински

Составитель Сергей Павлович Кашин
Лучшие блюда из помидоров, огурцов, перца, капусты и кабачков

Закуски

Сладкий перец с чесноком

Ингредиенты:

8 сладких разноцветных перцев, 3 столовые ложки растительного масла, 3 зубчика чеснока, соль.

Способ приготовления:

Чеснок очистить и натереть на мелкой терке. Перцы вымыть, удалить семенные коробочки, разрезать каждый на 5–6 частей и жарить в растительном масле в течение 10 минут. Перед подачей к столу с перцев снять кожицу, выложить на блюдо, посолить и посыпать натертым на крупной терке чесноком.

Капуста с морковью

Ингредиенты:

500 г белокочанной капусты, 1 морковка, 1/2 стакана томатного сока (густого), 2 столовые ложки растительного масла, черный перец, соль.

Способ приготовления:

Морковь вымыть и натереть на крупной терке. Капусту очистить от верхних листьев, мелко нашинковать и сложить в салатницу вместе с морковью. Посолить, поперчить, влить растительное масло, хорошо перемешать. Сверху капустную закуску полить томатным соком и перед подачей к столу выдержать в холодильнике не менее 1 часа.

Огуречная горка

Ингредиенты:

4 огурца, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки сметаны, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Яйца очистить и мелко нарезать. Так же мелко нарезать предварительно вымытую зелень петрушки. Огурцы смешать с яйцами, посолить, выложить горкой на блюдо, заправить сметаной, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Огурцы с кольцами лука

Ингредиенты:

4 огурца, 3 луковицы, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, 2 зубчика чеснока, черный или красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружками. Лук очистить, нарезать кольцами, сбрызнуть уксусом и оставить на 1 час. Чеснок очистить и растолочь. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Огурцы перемешать с кольцами лука, чесноком, зеленью петрушки, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Ароматные помидоры

Ингредиенты:

6–7 помидоров, 3 зубчика чеснока, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Чеснок очистить, мелко нарезать, сбрызнуть уксусом, оставить на 30 минут, а затем перемешать с зеленью петрушки. Помидоры вымыть, нарезать кружками, посолить, поперчить, выложить на блюдо. На каждый кружок помидоров положить смесь из чеснока и зелени петрушки.

Помидоры с огурцами и перцем

Ингредиенты:

4 помидора, 5 огурцов, 1 луковица, 1 стручок острого перца, по 1/2 пучка зелени укропа и петрушки, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть и нарезать кружками. Лук очистить и нарезать кольцами. Стручок острого перца вымыть, запечь в духовке, очистить от кожицы и семян, а потом измельчить. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать и перемешать. Кружки помидоров и огурцов положить в салатник так, чтобы помидоры составляли верхний слой, чуть-чуть посолить и сбрызнуть уксусом. Сверху выложить лук, измельченный острый перец и зелень.

Помидоры, фаршированные печенью трески

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 соленый огурец, 150 г консервированной печени трески, 2 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка томатного соуса, 1/2 лимона, 5–6 листьев зеленого салата, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, черный перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, разрезать пополам, извлечь семена. Каждую половинку посолить, поперчить и сбрызнуть уксусом. Яйца очистить и мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, обсушить и тоже мелко нарезать. Соленый огурец очистить от кожицы и нарезать кубиками.

Лимон вымыть и нарезать очень тонкими кружками. Листья салата вымыть.

Печень трески пропустить через мясорубку, смешать с подготовленными яйцами, зеленью петрушки и соленым огурцом. Добавить в фарш томатный соус и майонез, все тщательно перемешать. Наполнить половинки помидоров фаршем и соединить вместе так, чтобы помидоры выглядели целыми. Выложить фаршированные помидоры на блюдо, на каждый положить кружок лимона. Готовую закуску украсить листьями зеленого салата.

Сладко-кислая капуста

Ингредиенты:

600 г белокочанной капусты, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Капусту очистить от верхних листьев, нашинковать, положить в кастрюлю, влить уксус, добавить соль и, непрерывно помешивая, нагревать в течение 5–7 минут. Затем остудить, заправить смесью из растительного масла и сахара.

Капуста с помидорами

Ингредиенты:

200 белокочанной капусты, 3 помидора, 2 яблока, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту очистить от верхних листьев, нашинковать, перетереть с солью и сахаром, сбрызнуть уксусом и оставить на 20 минут: из нее должен выделиться сок. Помидоры и яблоки вымыть и мелко нарезать. Лук очистить и нарезать так же мелко. Капусту смешать с помидорами, яблоками, луком, выложить на блюдо, заправить смесью из растительного масла и лимонного сока.

Капуста с зеленым горошком

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 100 г консервированного зеленого горошка, 1 морковка, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 100 г майонеза, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Капусту очистить от верхних листьев, нашинковать, перетереть с солью. Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Очищенное яйцо измельчить. Зелень укропа вымыть.

Капусту смешать с морковью, добавить зеленый горошек, яйцо, выложить на блюдо, перед подачей к столу полить майонезом и украсить веточками укропа.

«Колючая» капуста

Ингредиенты:

250 г белокочанной капусты, 2 стручка горького перца, 2 луковицы, 2 яблока, 1/2 стакана растительного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Стручки острого перца вымыть, очистить от семенных коробочек, мелко нарезать, обдать кипятком. Капусту вымыть, нашинковать, положить в кастрюлю, залить водой, нагревать в течение 3–4 минут, затем откинуть на дуршлаг и посолить. Лук очистить и мелко нарезать. Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и измельчить. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать. Капусту перемешать с перцем, луком, яблоками, зеленью петрушки и укропа. Выложить острую фруктово-овощную смесь на блюдо, не забыв заправить растительным маслом.

Фасоль с солеными огурцами

Ингредиенты:

200 г консервированной фасоли, 3 соленых огурца, 1 яблоко, 1 луковица, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы нарезать соломкой. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, мякоть нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Яйцо очистить и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть. Консервированную фасоль смешать с огурцами, яблоком, луком и яйцом, выложить в блюдо, посолить, поперчить, заправить растительным маслом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Вареники с капустой

Ингредиенты:

3 стакана муки, 6 горошин черного перца, сода на кончике ножа, жареный лук, сливочное масло, соль.

Для начинки: 4 стакана квашеной капусты, 1 кг свежей капусты, 2 луковицы, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1,5 столовой ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара.

Способ приготовления:

Для приготовления начинки измельчить и смешать свежую капусту, добавить квашеную, после чего смесь потушить. В растительном масле тушить вымытую и натертую на крупной терке морковь, очищенные и мелко нарезанные лук и корень петрушки. Перед окончанием жаренья добавить томатную пасту и сахар. Соединив эту массу с капустой, снова тушить, чтобы начинка немного подсохла.

Приготовить тесто по второму способу. Скалкой раскатать его в тонкий пласт, формой или обычным стаканом вырезать кружки, на середину каждого чайной ложкой выложить капустную начинку, сложить кружки пополам и защипать края.

Варить в подсоленной, с горошинами перца, воде небольшими порциями, пока не всплывут. Каждую порцию складывать сначала в дуршлаг, чтобы стекла вода, а потом в кастрюлю слоями, густо смазывая каждый слой маслом. Подавая это блюдо к столу, вместо сметаны лучше предложить сливочное масло: в капустных варениках много его быть не может. Разложив по тарелкам, их вдобавок можно посыпать жареным луком.

Вареники с кабачками

Ингредиенты:

3 стакана муки, сода на кончике ножа, сливочное масло, соль.

Для начинки: 1 кабачок (небольшой), 1 яйцо, 1 чайная ложка сахара, соль.

Способ приготовления:

Кабачок вымыть, очистить от кожуры и семян. Натереть на крупной терке и, получив довольно жидкую смесь, посолить. Откинуть ее на дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость, а затем, добавив сахар и яйцо, перемешать.

Приготовить тесто по второму способу. Скалкой раскатать его в тонкий пласт, формой или обычным стаканом вырезать кружки, на середину каждого чайной ложкой выложить кабачковую массу, сложить кружки пополам и защипнуть края. Варить в подсоленной воде небольшими порциями, пока не всплывут. Каждую порцию складывать сначала в дуршлаг, чтобы стекла вода, а потом в кастрюлю слоями, смазывая каждый слой маслом. К столу подавать со сливочным маслом.

Фаршированные помидоры

Ингредиенты:

10 помидоров (небольших), 2 морковки, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана сметаны, по 50 г зелени петрушки, укропа и сельдерея, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, вырезать из каждого сердцевину и семена. Вымытую и очищенную морковь натереть на крупной терке, а лук, мелко нарезав, обжарить в растительном масле. Примерно в середине жаренья добавить сердцевины помидоров, посолить и тушить около 5 минут.

Остудив, смешать морковно-помидорную смесь с вымытой и мелко нарезанной зеленью. Начинить ею помидоры, сложить в глубокую сковороду, залить сметаной. Покипев не больше 10 минут, это блюдо будет готово. Едят его как горячим, так и холодным, в качестве закуски.

Помидоры с яйцами

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 2 луковицы, 6 яиц, 2 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 зубчик чеснока, 1 чайная ложка аджики, маринованный лук, перец, соль.

Способ приготовления:

Чеснок очистить и растолочь. Лук очистить, нарезать кольцами, выложить в эмалированную посуду, сбрызнуть уксусом и оставить на 1 час. Помидоры вымыть, снять кожицу, нарезать дольками, положить в сковороду, добавить толченый чеснок, перец, соль, аджику, растительное масло, влить немного воды и тушить на слабом огне в течение 10 минут. Затем залить помидоры яйцами и тушить полученную смесь еще 15 минут. Закуску выложить на блюдо, оформить кольцами маринованного лука и подать в качестве гарнира к мясу.

Помидоры с кабачками

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 500 г кабачков, 1 стакан растительного масла (неполный), 3 яйца, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, выдержать в горячей воде 5 минут, после чего снять кожицу. Чеснок очистить и растолочь. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Кабачки вымыть, очистить, обжарить в растительном масле, после чего влить немного воды, добавить помидоры, толченый чеснок и нарезанную петрушку. Овощи тушить 15 минут, затем залить взбитыми яйцами, перемешать, посолить, поперчить, снова тушить на среднем огне в течение 5 минут. К столу подавать, выложив горкой на широкое блюдо.

Кабачки с огурцами

Ингредиенты:

500 г кабачков, 4 огурца, 3 зубчика чеснока, 4 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить, нарезать небольшими ломтиками. Чеснок очистить и растолочь. Кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками, посолить, выложить в сковороду, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности, затем остудить. Зелень петрушки вымыть. Кабачки смешать с огурцами и чесноком, выложить в широкую тарелку, полить майонезом. Подавая к столу, украсить веточками петрушки.

Чесночные кабачки

Ингредиенты:

500 г кабачков, 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки майонеза, 5 столовых ложек растительного масла, 4 столовые ложки пшеничной муки, 2–3 яйца, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружками. Чеснок очистить и натереть на мелкой терке. Яйца взбить. Кружки кабачков посолить, смазать каждый взбитыми яйцами, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон в растительном масле. Затем выложить в блюдо, посыпать чесноком, смазать майонезом и подавать к столу.

Фаршированный перец

Ингредиенты:

10 сладких перцев, 3 морковки, 300–400 г белокочанной капусты, 3 луковицы, 500 г сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени (любой), соль.

Способ приготовления:

Вымытую морковь, очищенный лук и капусту мелко нарезать и обжарить все вместе в растительном масле. Вымыть и также мелко нарезать зелень, которую в конце жаренья добавить к овощам.

Перец вымыть, удалить семена и перегородки, распарить в небольшом количестве подсоленной воды. Начинить каждый перец овощной смесью, сложить в жаровню, залить сметаной, заранее разведенной с водой (1/2 стакана). Тушить в духовке или на открытом огне примерно 20 минут. Фаршированный перец можно есть горячим или холодным, употребляя как самостоятельное блюдо или в качестве дополнения к домашним колбаскам, вареному или копченому мясу, яичнице. Его можно готовить впрок, сохраняя в течение нескольких дней в холодильнике.

Хрен с помидорами

Ингредиенты:

200 г корня хрена, 3–4 помидора, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Корень хрена вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Тертый хрен смешать с помидорами, посолить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Хрен с квашеной капустой

Ингредиенты:

200 г корня хрена, 150 г квашеной капусты, 1 яблоко, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Корень хрена вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой.

Хрен смешать с капустой и яблоком, посолить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Редька с кислой капустой

Ингредиенты:

2 редьки, 200 г квашеной капусты, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить и мелко нарезать. Квашеную капусту мелко нарезать и посыпать сахаром. Смешать редьку с капустой и луком, посолить, заправить растительным маслом, выложить в блюдо и подать к столу как гарнир, например к знаменитым киевским котлетам.

Редька с огурцом

Ингредиенты:

1 редька (крупная), 1 огурец, 0,3 стакана сметаны, 1 пучок зелени (любой), соль.

Способ приготовления:

Редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке, посолить. Вымытый огурец также натереть на крупной терке, соединить с редькой, добавить измельченную зелень, заправить сметаной и хорошо перемешать.

Икра из помидоров и зелени

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 100 г молодой крапивы, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок петрушки, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка измельченных ядер грецких орехов, 1 столовая ложка огуречного рассола, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, мелко нарезать, выложить на сковороду, добавить растительное масло и тушить на слабом огне в течение 15 минут.

Яйцо очистить и нарезать тонкими ломтиками. Крапиву, зеленый лук и зелень петрушки вымыть и нарубить.

Чеснок очистить, истолочь, смешать с нарубленной зеленью, добавить орехи, огуречный рассол и тушеные помидоры. Икру выложить в салатник, оформить ломтиками вареного яйца и подать к столу.

Икра из помидоров и черемши

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 200 г черемши, 1 пучок зеленого л ука, 1 огурец, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, мелко нарезать, сбрызнуть уксусом, посолить, поперчить, выложить на сковороду, добавить растительное масло и тушить на слабом огне в течение 15 минут.

Черемшу и зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Яйца очистить и нарубить. Огурец вымыть, очистить и нарезать кружочками.

Тушеные помидоры протереть через сито, добавить черемшу, зеленый лук и рубленые яйца.

Икру выложить в салатник и украсить кружочками огурца.

Помидоры с луком в сметане

Ингредиенты:

6–7 помидоров, 2 луковицы, 100 г сметаны, 1 пучок петрушки, 1/2 болгарского перца, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить семена и нарезать кольцами. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть. Сметану взбить с солью и красным молотым перцем. Кружочки помидоров выложить на блюдо, оформить кольцами лука и болгарского перца, полить сметаной, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из помидоров и репчатого лука

Ингредиенты:

6–7 помидоров, 3 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, 3 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, залить смесью растительного масла и уксуса и оставить на 30 минут. Зелень укропа вымыть и мелко нарезать.

Кружочки помидоров посолить, поперчить, выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа, оформить кольцами лука и подать к столу.

Закуска из помидоров и сосисок

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 4 сосиски, 1 луковица, 100 г майонеза, 2 клубня картофеля, 1/2 лимона, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Сосиски отварить, охладить, нарезать кубиками. Лук очистить и нарезать кольцами. Картофель вымыть, сварить в мундире, остудить, очистить и нарезать кубиками.

Лимон очистить от кожуры и нарезать тонкими ломтиками.

Картофель перемешать с сосисками и майонезом. Кружочки помидоров посолить, поперчить, выложить на блюдо, на каждый кружок положить по 1–2 чайные ложки приготовленной смеси. Закуску украсить кольцами лука, ломтиками лимона и подать к столу.

Закуска из помидоров, огурцов и хрена

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 2 огурца, 1/2 корня хрена, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 3–4 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть и нарезать кружочками. Корень хрена очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Чеснок очистить и растолочь. Лук очистить и нарезать кольцами.

Кружки помидоров, огурцов и кольца лука выложить на блюдо, посыпать толченым чесноком, посолить, поперчить и полить растительным маслом. Сверху положить тертый хрен и подать к столу.

Закуска из помидоров, огурцов и стручковой фасоли

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 2–3 огурца, 150 г стручковой фасоли, 100 г листьев салата, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 банки майонеза, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка томатной пасты, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок укропа, 1/2 чайной ложки сахарной пудры, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть и нарезать кружочками.

Листья салата вымыть и разрезать каждый на 2–3 части. Стручки фасоли вымыть, положить в глубокую сковороду, добавить соль, растительное масло, влить немного воды и тушить на слабом огне до готовности.

Зеленый лук и зелень укропа вымыть и нарубить. Яйца очистить и разрезать каждое на четыре части.

Для приготовления соуса в майонез добавить уксус, сахарную пудру, томатную пасту, рубленые зелень укропа и зеленый лук.

Листья салата выложить на блюдо, сверху положить горкой тушеную фасоль, а вокруг нее, чередуя, уложить кружочки помидоров и огурцов.

Подготовленные овощи полить соусом, украсить яйцами и подать к столу.

Слоеная закуска из помидоров и огурцов

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 3–4 огурца, 1 луковица, 100 г сметаны, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть, нарезать кружочками и выложить на блюдо слоями, посыпая каждый солью и перцем. Лук очистить, помыть, нарезать кольцами и положить поверх помидоров и огурцов.

Для приготовления соуса зелень петрушки вымыть, нарубить, смешать со сметаной. Подготовленные овощи залить соусом и подать к столу.

Помидоры под соусом из простокваши

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 1/2 стакана простокваши, 1 столовая ложка майонеза, 1 луковица, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать дольками, посолить и выложить на блюдо. Зелень укропа вымыть и нарубить. Лук очистить и нарезать полукольцами.

Для приготовления соуса простоквашу перемешать с майонезом, добавить перец и зелень укропа.

Помидоры оформить полукольцами лука, полить соусом и подать к столу.

Томатная закуска с баклажанами

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 2 баклажана, 1 луковица, 1 пучок укропа, 3 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, запечь в духовке, очистить от кожицы и нарезать кубиками.

Зелень укропа вымыть и нарубить. Помидоры вымыть, мелко нарезать, выложить в сковороду, добавить баклажаны, растительное масло, перец, соль, влить немного воды и тушить в течение 15 минут.

Томатную закуску выложить горкой на блюдо, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из помидоров и чеснока

Ингредиенты:

6–7 помидоров, 3 зубчика чеснока, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Чеснок очистить, мелко нарезать, сбрызнуть уксусом, оставить на 30 минут, затем перемешать с зеленью петрушки.

Помидоры вымыть, нарезать кружочками, посолить, поперчить, выложить на блюдо. На каждый кружочек помидоров положить смесь чеснока и зелени петрушки и подать к столу.

Закуска из помидоров, мяса курицы и маринованного винограда

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 300 г отварного мяса курицы, 100 г маринованного винограда, 5 столовых ложек майонеза, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1 пучок зеленого лука, 1/2 лимона, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать тонкими дольками, уложить горкой в салатник, посолить и поперчить.

Зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо нарезать ломтиками. Яйцо очистить и нарубить. Лимон очистить и нарезать тонкими дольками.

Вокруг помидоров разложить ломтики мяса, маринованный виноград и рубленый зеленый лук.

Помидоры полить майонезом, украсить дольками лимона, рубленым яйцом и подать к столу.

Закуска из помидоров и кабачков

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 500 г кабачков, 200 мл растительного масла, 3 яйца, 2 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, положить в кипяток на 5 минут, после чего снять с них кожицу.

Чеснок очистить и истолочь. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Кабачки вымыть, очистить, обжарить в растительном масле, после чего влить немного воды, добавить помидоры, толченый чеснок и нарубленную петрушку. Овощи тушить 15 минут, затем залить взбитыми яйцами, перемешать, посолить, поперчить, нагревать на среднем огне в течение 5 минут, после чего выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Закуска из помидоров и моркови

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 2 морковки, 1 зубчик чеснока, 3 столовая ложка растительного масла, 2 чайные ложки консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 1 столовая ложка майонеза, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Чеснок очистить и истолочь. Лук очистить и нарубить. Морковь очистить, натереть на крупной терке, выложить на сковороду, добавить соль, лук, растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности, затем смешать с чесноком, зеленым горошком и майонезом.

Кружочки помидоров выложить на блюдо, на середину каждого положить горкой по 1–2 чайной ложки морковной икры.

Закуска из помидоров и ветчины

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 200 г ветчины, 100 г сметаны, 1 яблоко, 1/2 пучка петрушки, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать тонкими кружочками и посолить. Яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить семена и натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Ветчину нарезать кубиками.

На блюдо выложить слоями ветчину, тертое яблоко, помидоры. Сверху полить сметаной, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из помидоров и топинамбура

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 200 г топинамбура, 100 г зеленого консервированного горошка, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 3 столовые ложки майонеза, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Зелень петрушки вымыть. Топинамбур очистить, вымыть и натереть на крупной терке.

Лук очистить, нарезать полукольцами и обжарить в растительном масле. Помидоры посолить, смешать с топинамбуром, зеленым горошком, луком, майонезом, выложить горкой на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Острая закуска из помидоров и огурцов

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 3–4 огурца, 1 луковица, 1 стручок острого перца, 1/2 пучка зелени укропа, 1/2 пучка зелени петрушки, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить и нарезать кольцами. Стручок острого перца вымыть, запечь в духовке, очистить от кожицы и семян и измельчить. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить и перемешать.

Кружочки помидоров и огурцов положить в салатник так, чтобы помидоры были сверху, посолить и сбрызнуть уксусом.

Сверху положить лук, измельченный острый перец и зелень.

Помидоры, фаршированные печенью трески

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 соленый огурец, 150 г консервированной печени трески, 2 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка томатного соуса, 1/2 лимона, 5–6 листьев зеленого салата, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, разрезать пополам, вынуть чайной ложкой семена. Каждую половинку посолить, поперчить и сбрызнуть уксусом. Яйца очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть, обсушить и мелко нарезать. Соленый огурец очистить от кожицы и нарезать кубиками. Лимон вымыть и нарезать тонкими кружочками. Листья салата вымыть.

Печень трески пропустить через мясорубку и смешать с подготовленными яйцами, зеленью петрушки и соленым огурцом.

Добавить в фарш томатный соус и тщательно перемешать. Наполнить половинки помидоров фаршем и соединить вместе для получения целого помидора.

Выложить фаршированные помидоры на блюдо, на каждый помидор положить тонкий ломтик лимона.

Готовую закуску украсить листьями зеленого салата и подать к столу.

Помидоры, фаршированные сельдереем и ананасом

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 100 г мякоти ананаса, 1 корень сельдерея, 2 столовые ложки майонеза, 5–6 листьев салата, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, удалить плодоножки, срезать верхушки, вынуть чайной ложкой семена и часть мякоти. Сельдерей вымыть, очистить и натереть на терке. Мякоть ананаса мелко нарезать. Листья салата вымыть. Мякоть помидоров протереть через сито, смешать с подготовленными сельдереем и ананасом, посолить, поперчить, добавить майонез и перемешать.

Помидоры наполнить приготовленным фаршем и выложить на блюдо, покрытое листьями салата.

Помидоры, фаршированные баклажанной икрой

Ингредиенты:

800 г помидоров, 800 г баклажанов, 1 луковица, 150 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, удалить плодоножки, вынуть мякоть, посолить.

Для приготовления икры баклажаны вымыть, замочить на 1 час в подсоленной воде, затем испечь в духовке, очистить от кожицы и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарубить и обжарить в 1 столовой ложке растительного масла. Чеснок очистить и натереть на мелкой терке.

Подготовленные баклажаны и лук выложить в глубокую сковороду, добавить мякоть помидоров, соль, влить оставшееся растительное масло и тушить на слабом огне в течение 25–30 минут. Затем добавить чеснок, перемешать, остудить и наполнить приготовленной икрой помидоры.

Помидоры, фаршированные консервированной рыбой

Ингредиенты:

3–4 помидора, 100 г консервированной рыбы, 1/2 лимона, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 8–10 листьев салата, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, разрезать пополам, удалить семена, положить половинки в эмалированную посуду, посолить, поперчить, залить смесью уксуса и растительного масла и оставить на 1–2 часа. Лимон очистить от кожуры и нарезать тонкими ломтиками. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Консервированную рыбу размять вилкой. Наполнить фаршем каждую половинку помидоров.

Выложить помидоры на блюдо, покрытое салатными листьями, украсить ломтиками лимона, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Помидоры, фаршированные сыром

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 100 г сыра (любого),2 столовые ложки майонеза.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть и семена. Сыр натереть на крупной терке, смешать с майонезом. Наполнить приготовленной смесью помидоры, выложить их на блюдо и подать к столу.

Помидоры, фаршированные брынзой

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 100 г брынзы, 2 столовые ложки сметаны, 1/2 пучка петрушки, перец.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть и семена. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Брынзу натереть на крупной терке, поперчить и смешать со сметаной.

Наполнить приготовленной смесью помидоры, выложить их на блюдо и подать к столу.

Помидоры, фаршированные мясом курицы

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 100 г куриного фарша, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть и семена.

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Куриный фарш выложить на сковороду, влить немного воды, добавить лук, сливочное масло, соль, перец и тушить до готовности, затем остудить.

Наполнить куриным фаршем помидоры, выложить их на блюдо и подать к столу.

Помидоры, фаршированные говяжьим фаршем и запеченные в духовке

Ингредиенты:

6–7 помидоров, 150 г говяжьего фарша, 1 луковица, 100 г сыра (любого), 1 столовая ложка топленого масла, 2 чайные ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть и семена.

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Говяжий фарш выложить на сковороду, посолить, поперчить, добавить лук, топленое масло, влить немного воды и тушить на слабом огне до готовности. Сыр натереть на крупной терке.

Помидоры наполнить приготовленным фаршем, выложить на смазанный растительным маслом противень, посыпать тертым сыром и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 3–5 минут.

Помидоры, фаршированные маринованным луком

Ингредиенты:

4–5 помидоров, 3 луковицы, 1 яйцо (с варенное вкрутую), 1 столовая ложка растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть и семена.

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать, положить в эмалированную посуду, посолить, поперчить, залить смесью уксуса и растительного масла и оставить на 1 час.

Яйцо очистить и натереть на крупной терке.

Наполнить маринованным луком помидоры, выложить их на блюдо, украсить тертым яйцом и подать к столу.

Помидоры, фаршированные редькой и зеленым горошком

Ингредиенты:

6–7 помидоров, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 2 столовые ложки майонеза, 100 г редьки дайкон, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть и семена.

Редьку вымыть, очистить и натереть на мелкой терке. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать и обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Зелень петрушки вымыть. Редьку смешать с луком, зеленым горошком, солью, перцем и майонезом.

Наполнить приготовленной смесью помидоры, выложить их на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Огурцы с горчицей

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 1 столовая ложка горчицы, 2 столовые ложки майонеза, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить от кожицы и нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Огурцы посолить, заправить смесью майонеза и горчицы, выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из огурцов и редиса

Ингредиенты:

4–5 огурцов, 100 г редиса, 3 яйца (сваренных вкрутую), 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки майонеза, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и редис вымыть и нарезать кружочками. Яйца очистить и разрезать каждое на четыре части. Кружочки огурцов выложить на блюдо, посолить, поперчить, смазать каждый сметаной, оформить кружками редиса и четвертинками яиц, смазанных майонезом.

Соленые огурцы в томатном соусе

Ингредиенты:

5 соленых огурцов, 100 мл острого томатного соуса, 2 яйца (сваренных вкрутую).

Способ приготовления:

Огурцы помыть холодной водой и нарезать дольками. Яйца очистить и разрезать на четыре части. Огурцы выложить в салатник, залить томатным соусом, оформить четвертинками яиц и подать к столу.

Закуска из огурцов по-литовски

Ингредиенты:

4 огурца, 3 яйца (сваренных вкрутую), 6 столовых ложек растительного масла, сок 1 лимона, 1 луковица, 1 столовая ложка меда, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы, зелень петрушки и укропа вымыть и мелко нарезать. Лук очистить и натереть на мелкой терке. Яйца очистить, отделить белки от желтков. Белки нарубить.

Желтки растереть с медом, добавить растительное масло, лимонный сок и лук.

Огурцы посолить, перемешать с зеленью и приготовленной заправкой из яичных желтков, посыпать рублеными белками и подать к столу.

Закуска из огурцов и печеных баклажанов

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 2 баклажана, 1 пучок зелени укропа, 4 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать соломкой.

Баклажаны вымыть, запечь в духовке и нарезать соломкой. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Огурцы перемешать с баклажанами, посолить, поперчить, выложить горкой на блюдо, заправить растительным маслом, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Закуска из огурцов и листьев одуванчика

Ингредиенты:

500 г огурцов, 100 г листьев одуванчика, 100 г листьев салата, 100 г щавеля, 100 г сливок, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 чайные ложки меда, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Листья одуванчика, салата, щавеля, зеленый лук и зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Огурцы вымыть, нарезать кубиками, сбрызнуть лимонным соком и посолить.

Сливки размешать с медом, добавить зеленый лук и укроп.

Огурцы соединить с нарезанными листьями салата, одуванчика и щавеля, заправить сливками и подать к столу.

Закуска из огурцов и репчатого лука

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 3 луковицы, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, 2 зубчика чеснока, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками.

Репчатый лук очистить, нарезать кольцами, сбрызнуть уксусом и оставить на 1 час. Чеснок очистить и истолочь. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Огурцы перемешать с кольцами лука, чесноком, зеленью петрушки, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из огурцов и риса

Ингредиенты:

4–5 огурцов, 300 г отварного риса, 1 яблоко, 1 помидор, 100 г сметаны, 1 пучок петрушки, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Рис смешать со сметаной, сахаром и солью и выложить горкой на середину блюда.

Зелень петрушки вымыть, нарубить и посыпать ею рис.

Огурцы, яблоко и помидоры вымыть, нарезать тонкими ломтиками и уложить по краям блюда.

Закуска из огурцов, листьев одуванчика и орехов

Ингредиенты:

500 г огурцов, 100 г листьев одуванчика, 4 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка меда, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и листья одуванчика вымыть, мелко нарезать, перемешать, добавить грецкие орехи, посолить.

Для приготовления соуса смешать растительное масло с медом. Смесь огурцов и листьев одуванчика выложить горкой на блюдо, полить соусом и подать к столу.

Закуска из огурцов и щавеля

Ингредиенты:

500 г огурцов, 2 столовые ложки майонеза, 100 г листьев щавеля, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и щавель вымыть, мелко нарезать, посолить, перемешать, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из огурцов и мяса курицы

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 200 г отварного мяса курицы, 150 г майонеза, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками.

Мясо нарезать маленькими кусочками, смешать с огурцами, майонезом, посолить и подать к столу.

Закуска из соленых огурцов и макаронных изделий

Ингредиенты:

4 соленых огурца, 100 г макаронных изделий (мелких), 1 столовая ложка растительного масла, 2 луковицы, 2 помидора, 1 морковка, 100 г майонеза, 50 г сыра, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Макароны отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. Лук очистить и нарубить, огурцы нарезать тонкими ломтиками. Помидоры вымыть и нарезать кубиками. Морковь очистить и натереть на мелкой терке. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

В смазанную растительным маслом форму выложить слоями лук, морковь, макароны, огурцы, помидоры, тертый сыр.

Каждый слой полить майонезом и посыпать зеленью петрушки. Форму поставить в разогретую до 180 °С духовку на 10 минут.

Огурцы под сметанным соусом

Ингредиенты:

4 огурца, 200 г листьев салата, 3–4 яйца (сваренных вкрутую), 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками.

Листья салата вымыть и мелко нарезать.

Яйца очистить и нарубить. Сметану взбить с уксусом и солью. Огурцы смешать с листьями салата, заправить сметанным соусом и подать к столу.

Закуска из огурцов и брынзы

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 200 г брынзы, 3 помидора, 1 пучок зеленого лука, 40 г сливочного масла, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и помидоры вымыть, нарезать кружочками и посолить. Зеленый лук и зелень петрушки вымыть и нарубить. Брынзу нарезать ломтиками, сливочное масло — кусочками.

В салатник положить ломтики брынзы, на брынзу — кусочки сливочного масла, вокруг разложить кружочки огурцов и помидоров, посыпать зеленым луком и петрушкой.

Огурцы с укропом в сметане

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 2 пучка укропа, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить и нарезать тонкими кружочками. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Огурцы посолить, выложить на блюдо, полить сметаной и посыпать зеленью укропа.

Закуска из огурцов, помидоров и яблок

Ингредиенты:

4–5 огурцов, 2 помидора, 2 яблока, 1 болгарский перец, 3 столовые ложки майонеза, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы, помидоры и яблоки вымыть и нарезать дольками. Болгарский перец вымыть, удалить семенную коробочку и нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Дольки огурцов выложить на середину блюда, посолить, залить майонезом, по краям блюда разложить дольки помидоров и яблок, посолить, украсить болгарским перцем, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска «Колокольчики»

Ингредиенты:

6 огурцов, 4 помидора, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и помидоры вымыть, нарезать тонкими кружочками (2 огурца оставить для оформления) и положить на тарелку чередующимися рядами. Зелень петрушки вымыть.

Для оформления половинки разрезанного поперек огурца разрезать еще на несколько частей и поставить их в середину тарелки. На верхнюю часть долек огурца надеть колокольчики, вырезанные из тонко нарезанного огурца. Блюдо посолить, поперчить и украсить веточками петрушки.

Лечо по-домашнему

Ингредиенты:

6–7 болгарских перцев, 1 кг помидоров, 6–7 зубчиков чеснока, 100 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1/2 стакана сахара, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать. Перец вымыть, удалить семена и нарезать кольцами, чеснок очистить и измельчить.

Помидоры, перец и чеснок положить в кастрюлю, влить немного воды, добавить растительное масло, соль, сахар, уксус и тушить в течение 30 минут.

Болгарский перец под яблочным соусом

Ингредиенты:

5–6 болгарских перцев, 2 яблока, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатного соуса, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить семенные коробочки, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать кольцами.

Яблоки вымыть, очистить и натереть на мелкой терке. Чеснок и лук очистить и мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Растительное масло смешать с томатным соусом, тертыми яблоками, луком и чесноком. Перец выложить на блюдо, посолить, полить приготовленным соусом и украсить рубленой петрушкой.

Закуска из болгарского перца и чеснока

Ингредиенты:

5–6 болгарских перцев, 3–4 зубчика чеснока, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, запечь в духовке, затем удалить сердцевину и снять кожицу. Зелень петрушки вымыть. Чеснок очистить и мелко нарезать.

Разрезать каждый перец на четыре части, выложить на блюдо, посолить, посыпать чесноком, полить смесью растительного масла и уксуса, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из отварного болгарского перца

Ингредиенты:

5–6 болгарских перцев, 2–3 помидора, 2 яйца (сваренных вкрутую), 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Яйца очистить и нарезать кружочками.

Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Зелень петрушки вымыть. Болгарский перец вымыть, удалить семенные коробочки, нарезать небольшими кусочками и варить до готовности в подсоленной воде. Затем откинуть на дуршлаг, остудить, выложить на блюдо, посолить, сбрызнуть уксусом, заправить растительным маслом, перемешать, украсить кружочками помидоров, яиц и веточками петрушки.

Закуска из болгарского перца и соленых огурцов

Ингредиенты:

4–5 болгарских перцев, 3–4 соленых огурца, 2 помидора, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, 100 мл растительного масла, 2 чайные ложки уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить семенные коробочки и нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Соленые огурцы помыть холодной водой и нарезать соломкой. Зеленый лук и зелень петрушки вымыть и нарубить.

Для приготовления соуса растительное масло смешать с солью, сахаром, уксусом и молотым перцем.

Болгарский перец и огурцы соединить, выложить на блюдо, полить соусом, оформить кружками помидоров, посыпать зеленым луком и зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из болгарского перца, зеленого горошка и риса

Ингредиенты:

6–7 болгарских перцев, 200 г риса (вареного), 100 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, испечь в духовке, снять кожицу, удалить семенные коробочки, нарезать длинными полосками, посолить, посыпать сахаром и сбрызнуть уксусом. Яйца очистить и нарезать кружочками.

Рис перемешать с зеленым горошком, выложить горкой на блюдо, сверху положить перец, полить растительным маслом, украсить кружочками вареных яиц и подать к столу.

Закуска из болгарского перца и помидоров

Ингредиенты:

5–6 болгарских перцев, 3–4 помидора, 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка майонеза, перец красный молотый, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, обдать кипятком, удалить семенные коробочки, снять кожицу и нарезать крупной соломкой. Помидоры вымыть и нарезать дольками, отложить несколько штук для украшения. Лук очистить и нарезать кольцами.

Для приготовления соуса сметану взбить с майонезом и молотым перцем.

Болгарский перец соединить с помидорами, выложить на блюдо, посолить, заправить соусом, украсить дольками помидоров и кольцами лука и подать к столу.

Закуска из маринованного болгарского перца и лука

Ингредиенты:

3–4 маринованных болгарских перцев, 1 луковица, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 зубчика чеснока, 100 г майонеза, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Маринованный перец мелко нарезать. Лук и чеснок очистить и измельчить. Яйца очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть.

Перец смешать с рублеными яйцами, луком и чесноком, посолить, заправить майонезом, перемешать, выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из болгарского перца по-татарски

Ингредиенты:

5–6 болгарских перцев, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, 100 г белой фасоли, 1 пучок кинзы, 1 столовая ложка томатной пасты, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить семенные коробочки, мелко нарезать. Лук и чеснок очистить, помыть и натереть на мелкой терке. Зелень кинзы вымыть и нарубить. Фасоль замочить в теплой воде на 2 часа, затем варить до полуготовности в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, выложить на сковороду, добавить растительное масло, влить немного воды и тушить в течение 30–40 минут.

Для приготовления соуса смешать сметану с томатной пастой и красным молотым перцем.

Готовую фасоль смешать с болгарским перцем, луком, чесноком, выложить на блюдо, полить соусом, посыпать зеленью кинзы и подать к столу.

Болгарский перец с маслинами

Ингредиенты:

4–5 болгарских перцев, 10 маслин, 2 помидора, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 чайные ложки лимонного сока, 3 столовые ложки растительного масла, 1 огурец, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы, удалить семенные коробочки и мелко нарезать. Помидоры и огурец вымыть и нарезать кружочками.

Яйца очистить и разрезать каждое на четыре части.

Лук очистить, нарубить и сбрызнуть лимонным соком. Маслины мелко нарезать. Нарезанные перец, помидоры, огурец, маслины и лук смешать, посолить, поперчить, заправить растительным маслом, выложить горкой на блюдо, украсить четвертинками яиц и подать к столу.

Закуска из горького перца

Ингредиенты:

2 стручка горького перца, 3 помидора, 2 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Стручки горького перца вымыть, удалить семенные коробочки, мелко нарезать, обдать кипятком, посолить, сбрызнуть уксусом и оставить на 10 минут.

Помидоры вымыть, мелко нарезать, перемешать с острым перцем, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из болгарского перца и сыра

Ингредиенты:

4–5 болгарских перцев, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, 2 яйца, 20 г сливочного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 200 г сыра (любого), соль.

Способ приготовления:

Болгарские перцы вымыть, разрезать пополам, удалить семенные коробочки.

Зелень петрушки вымыть и нарубить. Яйца взбить. Сыр натереть на крупной терке.

Болгарский перец выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить до золотистого цвета, затем переложить на смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень, посолить, посыпать тертым сыром, полить взбитыми яйцами и поставить в раз огретую до 180 ˚С духовку на 15 минут.

Запеченный перец выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Горький перец с грибами в томате

Ингредиенты:

2 стручка горького перца, 4 столовые ложки томатной пасты, 100 г маринованных грибов (любых), 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Стручки горького перца вымыть, удалить семенные коробочки и мелко нарезать. Грибы нарезать кусочками. Лук очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть и измельчить. Горький перец выложить в сковороду, посолить, добавить лук, влить растительное масло и обжарить до золотистого цвета. Затем влить немного воды, добавить томатную пасту, грибы и тушить до готовности на слабом огне.

Готовую закуску выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и подать к с толу.

Закуска из белокочанной капусты, редиса и огурцов

Ингредиенты:

250 г белокочанной капусты, 100 г редиса, 1–2 огурца, 2 луковицы, 150 мл кефира, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, сбрызнуть уксусом и оставить на 10 минут.

Огурцы и редис вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Капусту перемешать с редисом, огурцами, луком, посолить, выложить на блюдо, полить кефиром, украсить петрушкой и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты, помидоров и яблок

Ингредиенты:

200 г белокочанной капусты, 3 помидора, 2 яблока, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью и сахаром, сбрызнуть уксусом и оставить на 20 минут.

Помидоры и яблоки вымыть и мелко нарезать. Лук очистить и нарубить. Капусту смешать с помидорами, яблоками, луком, выложить в блюдо, заправить смесью растительного масла и лимонного сока и подать к столу.

Закуска из квашеной капусты, редьки и грецких орехов

Ингредиенты:

200 г квашеной капусты, 2 редьки, 2–3 морковки, 4 столовые ложки измельченных ядер грецкого ореха, 4 столовые ложки расти тельного масла, 4 столовые ложки капустного рассола, 4 столовые ложки клюквенного сока.

Способ приготовления:

Морковь и редьку очистить и натереть на крупной терке, добавить квашеную капусту, грецкие орехи, выложить в блюдо, заправить смесью растительного масла, капустного рассола и клюквенного сока и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты, свеклы и редиса

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 1 свекла, 1 морковка, 2–3 редиса, 2 зубчика чеснока, 100 г майонеза, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать. Свеклу и морковь очистить и натереть на мелкой терке. Редис вымыть и мелко нарезать. Чеснок очистить, растолочь и растереть с солью.

Капусту смешать со свеклой, морковью, редисом и чесноком, выложить в блюдо, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты, огурцов и моркови

Ингредиенты:

200 г белокочанной капусты, 3–4 огурца, 2 морковки, 1 пучок зеленого салата, 100 г майонеза, 1 пучок зеленого лука, соль.

Способ приготовления:

Капусту и огурцы вымыть и мелко нарезать. Морковь очистить и натереть на крупной терке.

Зеленый лук вымыть и нарубить. Листья салата вымыть и покрыть ими блюдо.

Капусту смешать с огурцами, морковью и зеленым луком, посолить, перемешать, заправить майонезом, выложить на листья салата и подать к столу.

Закуска «Пикантная»

Ингредиенты:

400 г краснокочанной капусты, 1 морковка, 1 чайная ложка сахара, 2 чайные ложки лимонного сока, 100 мл растительного масла, 1/4 чайной ложки молотой гвоздик и, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, крупно нарезать, выложить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения, затем откинуть на дуршлаг, растереть с солью и сахаром, сбрызнуть лимонным соком. Морковь очистить и нарезать кружочками.

Для приготовления соуса в растительное масло положить перец и гвоздику, довести до кипения и остудить.

Капусту перемешать с морковью, выложить в блюдо, заправить соусом и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты и зеленого горошка

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 100 г зеленого горошка, 1 морковка, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 100 г майонеза, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью. Морковь очистить и нарезать соломкой. Яйцо очистить и нарубить. Зелень укропа вымыть.

Капусту смешать с морковью, добавить зеленый горошек, рубленое яйцо, выложить в блюдо, полить майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты и помидоров

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 5–6 помидоров, 2 морковки, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 4 столовые ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки сахара, 1 луковица, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить и нарезать кольцами. Морковь очистить и натереть на мелкой терке.

Помидоры вымыть и нарезать крупными ломтиками. Капусту вымыть, нашинковать, пол ожить в кастрюлю, добавить соль, уксус и нагревать в течение 5–7 минут. Капусту смешать с морковью, луком и помидорами, добавить сахар, выложить на блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты и чеснока

Ингредиенты:

500 г белокочанной капусты, 3–4 зубчика чеснока, 100 г сметаны, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, растереть с солью и сбрызнуть уксусом. Чеснок очистить и растолочь. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Капусту перемешать с чесноком, выложить в блюдо, заправить сметаной, украсить петрушкой и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты и картофеля

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 2 картофелины, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 100 г соленых грибов (любых), 5–7 ягод клюквы, 6 столовых ложек растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать и перетереть с солью. Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками.

Чеснок и лук очистить и нарубить. Соленые грибы промыть холодной водой и нарезать ломтиками.

Ягоды клюквы вымыть.

Капусту перемешать с картофелем, чесноком, луком, грибами, выложить в блюдо, заправить растительным маслом, украсить ягодами клюквы и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты и свеклы

Ингредиенты:

200 г белокочанной капусты, 1 свекла, 3 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки лимонного сока, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью и сбрызнуть лимонным соком.

Свеклу вымыть, испечь в духовке, затем очистить и нарезать кубиками.

Капусту смешать со свеклой, выложить на блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Острая закуска из белокочанной капусты

Ингредиенты:

250 г белокочанной капусты, 2 стручка горького перца, 2 луковицы, 2 яблока, 100 мл растительного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Стручки острого перца вымыть, удалить семенные коробочки, мелко нарезать, обдать кипятком.

Капусту вымыть, нашинковать, положить в кастрюлю, залить водой, нагревать в течение 3–5 минут, затем откинуть на дуршлаг и посолить.

Лук очистить и мелко нарезать. Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и измельчить. Зелень укропа и петрушки вымыть и нарубить.

Капусту перемешать с перцем, луком, яблоками и зеленью петрушки и укропа, выложить в блюдо, заправить растительным маслом и подать к столу.

Закуска из капусты и лимона

Ингредиенты:

350 г белокочанной капусты, 1 лимон, 1 огурец, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 1 яблоко, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1/2 чайной ложки сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать и перетереть с солью. Лимон вымыть, очистить и мелко нарезать. Лук и чеснок очистить, вымыть и нарубить. Корень сельдерея, огурец и яблоко вымыть, очистить, натереть на крупной терке и поперчить.

Капусту смешать с лимоном, луком, чесноком, корнем сельдерея, огурцом и яблоком, посыпать сахаром, посолить, перемешать, выложить на блюдо, заправить смесью майонеза и сметаны и подать к столу.

Закуска из краснокочанной капусты и яблок

Ингредиенты:

300 г краснокочанной капусты, 3–4 яблока, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, 100 г сметаны, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью и сбрызнуть уксусом. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Яблоки очистить, нарезать соломкой, посыпать сахаром, соединить с капустой, выложить в блюдо, заправить сметаной, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из брюссельской капусты и зеленого лука

Ингредиенты:

300 г капусты, 100 г зеленого лука, 1 луковица, 2 помидора, 2 чайные ложки лимонного сока, 100 г майонеза, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Зеленый лук и зелень укропа вымыть и нарубить.

Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Листья салата вымыть.

Капусту перетереть с солью и перцем, смешать с зеленым луком и помидорами, сбрызнуть лимонным соком, поставить на 1 час в прохладное место, затем выложить в блюдо, заправить майонезом, посыпать зеленью укропа, оформить полукольцами лука и листьями салата и подать к столу.

Закуска из капусты и сельдерея

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 2 корня сельдерея, 2 морковки, 1 яблоко, 1 пучок зеленого лука, 200 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать и перетереть с солью. Зеленый лук вымыть и нарубить. Морковь, корни сельдерея и яблоко вымыть, очистить, нарезать соломкой, перемешать с капустой и зеленым луком, выложить в блюдо, заправить сметаной и подать к столу.

Капуста, тушенная с сельдереем

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 2 корня сельдерея, 2 яблока, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, 5–6 столовых ложек растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1/2 чайной ложки тмина, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Лук, корни сельдерея и яблоки очистить, вымыть, натереть на мелкой терке, обжарить в 1 столовой ложке растительного масла, затем добавить капусту, влить немного воды и оставшееся растительное масло, посолить и тушить в течение 10 минут. Положить сахар, тмин, томатную пасту, зелень петрушки, тушить в течение 5–7 минут, затем выложить на блюдо и подать к столу.

Квашеная капуста с грибами

Ингредиенты:

300 г квашеной капусты, 100 г маринованных грибов (любых), 1 луковица, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок укропа, 5 столовых ложек растительного масла, 1/2 чайной ложки сахара.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарубить. Грибы нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Листья салата вымыть, просушить и выстелить ими дно сервировочного блюда.

Капусту мелко нарезать, смешать с луком, сахаром, грибами, заправить растительным маслом, выложить горкой на блюдо на листья зеленого салата, посыпать укропом и подать к столу.

Закуска из кольраби

Ингредиенты:

700 г кольраби, 3 луковицы, 1 столовая ложка лимонного сока, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, натереть на мелкой терке, посолить и сбрызнуть лимонным соком.

Лук очистить, нарубить, смешать с капустой, заправить сметаной и подать к столу.

Закуска из краснокочанной капусты и зеленого лука

Ингредиенты:

300 г краснокочанной капусты, 1 пучок зеленого лука, 1 яблоко, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 100 г майонеза, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью, сбрызнуть уксусом. Яблоко вымыть, очистить и натереть на крупной терке, лук вымыть, просушить и мелко нарезать. Капусту, яблоко и лук соединить, добавить майонез, выложить на блюдо и подать к столу.

Краснокочанная капуста под сметанным соусом

Ингредиенты:

300 г краснокочанной капусты, 2 яблока, 2–3 луковицы, 100 г сметаны, 1 пучок укропа, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, сбрызнуть уксусом и перетереть с солью. Яблоки и лук очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Для приготовления соуса в сметану положить перец и зелень укропа.

Капусту смешать с яблоками и луком, полить соусом и подать к столу.

Закуска из краснокочанной капусты и картофеля

Ингредиенты:

300 г краснокочанной капусты, 2–3 картофелины, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 луковицы, 1 соленый огурец, 5 столовых ложек растительного масла, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг, посолить, сбрызнуть уксусом и полить 3 столовыми ложками растительного масла. Лук очистить, помыть и нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Соленый огурец нарезать кубиками.

Картофель вымыть, отварить, очистить, нарезать кубиками, заправить оставшимся растительным маслом, посыпать зеленью петрушки, добавить лук и соленый огурец.

В центр блюда положить капусту, а по краям — картофельный салат.

Закуска из кабачков и лука

Ингредиенты:

300 г кабачков, 2–3 луковицы, 100 г майонеза, 1 столовая ложка тертого хрена, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, натереть на крупной терке, посолить, нагревать в течение 5–7 минут, затем откинуть на дуршлаг.

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть. Кабачки перемешать с луком и хреном, заправить майонезом, выложить в блюдо, украсить зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из кабачков и огурцов

Ингредиенты:

500 г кабачков, 4 огурца, 3 зубчика чеснока, 4 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить, нарезать небольшими ломтиками. Чеснок очистить и растолочь. Кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками, посолить, выложить в сковороду, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности, затем остудить. Зелень петрушки вымыть. Кабачки смешать с огурцами и чесноком, выложить в блюдо, заправить майонезом, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Закуска из тыквы

Ингредиенты:

300 г тыквы, 1–2 луковицы, 1 столовая ложка тертого хрена, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г сметаны, 1 пучок зеленого лука, соль.

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Тыкву очистить, натереть на крупной терке, выложить в сковороду, посолить, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности, затем смешать с репчатым луком и тертым хреном, заправить сметаной, выложить в блюдо, посыпать зеленым луком и подать к столу.

Тыква в маринаде

Ингредиенты:

400 г тыквы, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки сахара, 3 столовые ложки растительного масла, 1 лавровый лист, 1 гвоздичка, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Тыкву очистить, нарезать фигурным ножом кусочками размером 1,5–2 см, выложить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить гвоздику, соль, перец, сахар, уксус, лавровый лист и варить до готовности.

Тыкву откинуть на дуршлаг, остудить, поставить в прохладное место на 1 час, затем выложить в блюдо, полить растительным маслом, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Кабачки, жаренные с мясом

Ингредиенты:

500 г кабачков, 200 г говядины, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кубиками. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.

Кабачки, мясо и лук выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, перец, жарить на среднем огне до готовности, затем посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из кабачков и помидоров

Ингредиенты:

300 г кабачков, 4 помидора, 2 луковицы, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, 100 г майонеза, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа вымыть и мелко нарезать. Кабачки вымыть, очистить от кожуры, натереть на крупной терке и посолить. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками, смешать с кабачками, луком и цедрой, заправить майонезом, выложить в блюдо, посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Запеканка из кабачков, яиц и сыра

Ингредиенты:

500 г кабачков, 3 яйца, 100 г сыра (любого), 1 столовая ложка растительного масла, 20 г сливочного масла, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками. Сыр натереть на крупной терке. Яйца взбить. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Кружочки кабачков обжарить с обеих сторон на растительном масле, затем выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями форму, посолить, поперчить, залить яйцами, посыпать тертым сыром и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 5–7 минут.

Запеканку выложить в блюдо, разрезать на порционные куски, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Кабачки, тушенные с морковью и луком

Ингредиенты:

500 г кабачков, 3 морковки, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Морковь очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить и нарубить.

Зелень укропа вымыть. Кабачки смешать с морковью и луком, выложить в сковороду, посолить, поперчить, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности на слабом огне, затем заправить майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

Закуска из кабачков и баклажанов

Ингредиенты:

500 г кабачков, 3 баклажана, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Кабачки и баклажаны вымыть, очистить и нарезать кубиками.

Лук очистить, помыть и нарезать полукольцами. Чеснок очистить и растолочь. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Кабачки и баклажаны соединить с луком, выложить на сковороду, посолить, добавить растительное масло и жарить на среднем огне до готовности.

Затем выложить в блюдо, посыпать чесноком и зеленью укропа и подать к столу.

Кабачки, запеченные с луком

Ингредиенты:

500 г кабачков, 3 луковицы, 100 г сыра (любого), 20 г сливочного масла, 3 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка майонеза, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками, посолить, поперчить и сбрызнуть уксусом.

Лук очистить, нарезать кольцами и обжарить в 2 столовых ложках растительного масла до золотистого цвета. Сыр натереть на крупной терке.

Кружочки кабачков выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями форму, полить оставшимся растительным маслом, сверху положить кольца лука, смазать их майонезом, посыпать тертым сыром и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 10 минут.

Острая кабачковая икра

Ингредиенты:

500 г кабачков, 2 морковки, 1 стручок горького перца, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить и нарезать кружочками. Лук и чеснок очистить, вымыть и нарубить. Стручок острого перца вымыть, удалить семенную коробочку и измельчить.

Кабачки смешать с морковью, луком и острым перцем, выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, влить немного воды, тушить до готовности, затем протереть через сито, вновь положить в сковороду, влить немного воды и тушить, помешивая, в течение 5 минут.

Икру остудить, выложить в подготовленное блюдо, посыпать чесноком и подать к столу.

Закуска из кабачков, зеленого горошка и моркови

Ингредиенты:

500 г кабачков, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 морковки, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки и морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Кабачки и морковь выложить в сковороду, посолить, поперчить, добавить растительное масло, обжарить до золотистого цвета на среднем огне, затем влить немного воды и тушить до готовности.

Тушеные кабачки и морковь соединить с зеленым горошком, заправить майонезом, выложить в блюдо, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Закуска из маринованных патиссонов и соленых огурцов

Ингредиенты:

300 г маринованных патиссонов, 2 соленых огурца, 1 чайная ложка горчицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зеленого лука.

Способ приготовления:

Маринованные патиссоны и соленые огурцы очистить и нарезать кубиками. Зеленый лук вымыть и нарубить.

Патиссоны смешать с огурцами и зеленым луком, заправить смесью растительного масла и горчицы и подать к столу.

Закуска из тушеных кабачков и свежих помидоров

Ингредиенты:

500 г кабачков, 4 помидора, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.

Чеснок очистить и растолочь. Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками.

Яйцо очистить и нарубить. Кабачки смешать с луком, выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, перец, влить немного воды и тушить до готовности. Тушеные кабачки остудить, соединить с помидорами, яйцом и чесноком, заправить майонезом и подать к столу.

Закуска из кабачков и зелени

Ингредиенты:

500 г кабачков, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок петрушки, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок зелени кинзы, 2 яйца (сваренных вкрутую), 4–5 столовых ложек растительного масла, 3–4 столовые ложки майонеза, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками. Яйца очистить и нарубить. Зелень укропа, петрушки, кинзы и зеленый лук вымыть, мелко нарезать и соединить с яйцами и майонезом. Кружочки кабачков посолить, обжарить в растительном масле, выложить в блюдо и положить на середину каждого небольшое количество приготовленной смеси из зелени и яиц.

Кабачки, тушенные с капустой

Ингредиенты:

500 г кабачков, 200 г белокочанной капусты, 5 столовых ложек растительного масла, 1 луковица, 2 столовые ложки сметаны, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и сбрызнуть уксусом. Лук очистить, вымыть и нарубить.

Капусту соединить с кабачками и луком, выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, влить немного воды и тушить до готовности.

Тушеные овощи выложить в блюдо, полить сметаной и подать к столу.

Закуска из соленых кабачков и консервированной фасоли

Ингредиенты:

300 г соленых кабачков, 100 г консервированной фасоли, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, 1 помидор.

Способ приготовления:

Соленые кабачки нарезать кубиками. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Кабачки смешать с фасолью, выложить в блюдо, заправить растительным маслом, посыпать зеленью укропа, украсить кружочками помидора и подать к столу.

Салаты

Капустный салат с мясом, овощами и фруктами

Ингредиенты:

25 г свежей бело кочанной капусты, 20 г ветчины и 80 г жареного мяса гуся, 20 г свеклы, 1 яблоко, 2 столовые ложки майонеза, 1 свежий огурец, 1 помидор, 1 яйцо, зелень петрушки, 0,1 г лимонной кислоты, соль.

Способ приготовления:

Овощи, зелень и фрукты вымыть, свеклу и яйцо сварить. Очищенную свеклу, капусту и яблоко нарезать соломкой. Нашинкованную капусту перетереть с солью, добавить яблоко и свеклу, заправить майонезом и лимонной кислотой. Готовый салат украсить тонкими полосками ветчины и также нарезанных остальных продуктов: мяса гуся, яйца, огурца, помидора.

Перед подачей к столу посыпать измельченной зеленью петрушки.

Капустный салат с перцем

Ингредиенты:

500 г белокочанной (можно цветной) капусты, 1 морковка, 2 сладких перца, 2 столовые ложки сахара, по 3 столовые ложки яблочного уксуса и растительного масла, 2 чайные ложки соли.

Способ приготовления:

Капусту освободить от верхних листьев, нашинковать. Морковь вымыть и очистить. Вымытый перец очистить от семян и плодоножки. Подготовленные таким образом овощи нарезать, сложив в кастрюлю с широким дном, — украинские крестьянки в таких случаях пользуются тазом. Добавить сахар, соль, уксус, растительное масло, перемешать и оставить в холодном месте на 2 часа. Затем перемешать еще раз и вновь выдержать в том же месте и такое же время. После этого салат готов к употреблению. Он сохраняет свежесть достаточно долго (до 2 недель), поэтому хранить его можно в холодильнике, плотно утрамбованным, например, в стеклянной банке.

Овощной салат с сыром

Ингредиенты:

По 200 г помидоров, свежих огурцов, редиса, сладкого перца желтого и красного цвета, 1 пучок зеленого лука, растительное масло (для заправки), сыр (любой для посыпки), соль.

Способ приготовления:

Овощи вымыть. Огурцы очистить, перец освободить от семян и плодоножки. Все овощи нарезать, соблюдая пропорции, сложить в большую салатницу, посолить, заправить растительным маслом, перемешать. Перед подачей к столу посыпать сыром, натертым на крупной терке, и зеленым луком.

Зеленый салат со сметаной и яйцом

Ингредиенты:

4–5 листьев зеленого салата, 1 свежий огурец, 1 яйцо, 1/2 стакана сметаны, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 100 г зелени петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружками. Зелень и листья салата вымыть и мелко нарезать. Яйцо сварить, нарезать соломкой. К мелко нарезанным листьям салата добавить яйцо, перемешать, посолить, заправить сметаной и уксусом. На столе это блюдо лучше смотрится в стеклянной салатнице, посыпанное зеленью и украшенное огурцами.

Салат с помидорами, рисом и яйцом

Ингредиенты:

3–4 помидора, 3 столовые ложки риса, 2 огурца, 2 яйца, 200 г майонеза, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Рис промыть и отварить в соленой воде.

Для украшения оставить 1 помидор и 1 яйцо. Остальные помидоры вымыть, срезать верхушки, осторожно, пользуясь чайной ложкой, удалить семена. Нарезать кубиками мякоть помидоров, огурцы и сваренные вкрутую яйца.

Сложить все продукты в одну чашку, перемешать, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанной предварительно вымыт ой зеленью петрушки. Заправить салат майонезом, выложить на мелкое блюдо, украсить ломтиками помидоров, дольками вареных яиц и листиками петрушки.

Томатно-огуречный салат

Ингредиенты:

3 соленых огурца, 2 луковицы, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, перец.

Способ приготовления:

Лук очистить, мелко нарезать и обжарить в растительном масле. Натереть огурцы на крупной терке и добавить к луку, всыпать на сковороду сахар, поперчить и тушить не менее 30 минут. Положить томатную пасту и тушить еще 10 минут. После того как масса остынет, переложить ее в салатник и подавать к столу.

Салат из курицы с овощами в медовом соусе

Ингредиенты:

200 г куриного филе (отварного), 200 г сыра (любого), 200 г яблок, 100 г помидоров, 100 г моркови (вареной), 15 мл яблочного сока, 20 г меда, 20 г зелени петрушки (мелко нарубленной), карри, душистый молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Предварительно очищенные и нарезанные ломтиками яблоки смешать с натертыми на крупной терке морковью и сыром.

Добавить к подготовленным ингредиентам мелко нарезанное мясо курицы и ломтики помидоров, посолить, перемешать и выложить на блюдо.

Для приготовления соуса яблочный сок соединить с медом, карри и перцем. Салат полить полученной смесью, украсить зеленью петрушки и подать на стол.

Салат из мяса кролика

Ингредиенты:

250 г мяса кролика (жареного), 100 г корня сельдерея, 100 г оливок (без косточек), 300 г соленых огурцов, 2 яйца, 1 красный сладкий перец, 30 мл лимонного сока, 50 г майонеза (низкокалорийного), 50 г сливочного масла, 5 г сахара, 5 г зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо кролика нарезать соломкой. Очищенные корни сельдерея измельчить и жарить в сливочном масле до мягкости. Огурцы очистить и нарезать кружочками.

Сваренные вкрутую яйца очистить и разрезать на восемь частей каждое.

Все ингредиенты соединить, сбрызнуть лимонным соком, добавить сахар, соль и перец.

Салат заправить майонезом, украсить оливками, веточками петрушки и нарезанным кружочками перцем.

Салат из курицы и белокочанной капусты

Ингредиенты:

300 г куриного мяса (вареного), 300 г белокочанной капусты, 100 г сметаны, 20 г корня сельдерея, 50 г моркови (вареной), 10 мл растительного масла, 5 г хрена (тертого), 5 мл столового уксуса, 10 г зелени петрушки, сахар, соль.

Способ приготовления:

Капусту нашинковать. Корень сельдерея натереть на крупной терке. Мясо нарезать соломкой или небольшими кубиками.

Подготовленные ингредиенты соединить, добавить хрен, уксус, растительное масло, соль, сахар, хорошо перемешать и выложить горкой в салатник.

Салат полить сметаной и украсить веточками зелени и кружками моркови.

Салат из говядины и помидоров

Ингредиенты:

200 г говядины (отварной, нежирной), 500 г помидоров, 200 г огурцов, 100 г репчатого лука, 200 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо нарезать соломкой. Помидоры помыть и измельчить. Огурцы очистить от кожицы и нарезать кружочками.

Лук мелко нарубить.

Все ингредиенты смешать, поперчить, посолить и заправить сметаной.

Перед подачей на стол украсить салат кусочками помидора и кружочками огурца.

Салат из курицы с краснокочанной капустой

Ингредиенты:

300 г куриного филе (жареного), 200 г краснокочанной капусты, 1 яблоко, 30 г консервированной кукурузы, 20 мл оливкового масла, 10 мл лимонного сока, 5 г сахара, 10 г зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту помыть, нашинковать, посолить и смешать с нарезанным полосками мясом курицы.

Выложить ингредиенты горкой на плоское блюдо, украсить нарезанным дольками яблоком и кукурузой.

Оливковое масло смешать с лимонным соком, сахаром, солью и перцем, полить полученным соусом салат и дать ему настояться 30 минут. Затем посыпать блюдо измельченной зеленью петрушки и подать на стол.

Салат из колбасы с маринованными огурцами

Ингредиенты:

200 г вареной колбасы, 100 г копченой колбасы, 100 г ветчины, 100 г репчатого лука, 300 г маринованных огурцов, 20 мл растительного масла, 10 мл лимонного сока, 1/2 чайной ложки горчицы, перец, соль.

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами и обдать кипятком, чтобы удалить горечь.

Колбасу, ветчину и огурцы нарезать небольшими кусочками и соединить с луком.

Для приготовления заправки смешать растительное масло, лимонный сок, горчицу, соль и перец. Залить ею салат и поставить на 30 минут в холодильник.

Салат из жареной курицы и свежих огурцов

Ингредиенты:

200 г курицы (жареной), 150 г картофеля (отварного), 2 огурца, 40 г листового салата, 3 яйца, 50 г зеленого консервированного горошка, 200 г майонеза (низкокалорийного), 10 г зелени укропа, соль.

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и измельчить.

Картофель нарезать кубиками, курицу — небольшими кусочками.

Листья салата помыть, обсушить и нарезать тонкой соломкой.

Огурцы очистить от кожицы и измельчить.

Подготовленные ингредиенты выложить в салатник вместе с консервированным зеленым горошком, посолить, заправить майонезом, перемешать и подать на стол, украсив мелко нарезанной зеленью укропа.

Салат из сазана с маринованными огурцами

Ингредиенты:

200 г филе сазана, 150 майонеза (низкокалорийного), 200 г маринованных огурцов, 20 г зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе сазана отварить в подсоленной воде, остудить и измельчить. Маринованные огурцы нарезать соломкой. Все ингредиенты смешать, добавить майонез, посолить и поперчить. При подаче на стол салат выложить на блюдо и украсить мелко нарезанной зеленью укропа.

Салат из камбалы с креветками

Ингредиенты:

300 г филе камбалы, 150 г майонеза (низкокалорийного), 150 г креветок (вареных, очищенных), 50 г оливок (без косточек), 200 г огурцов, 300 г помидоров, 5 г зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе камбалы отварить в подсоленной воде, остудить и нарезать кубиками.

Огурцы и помидоры помыть и измельчить.

Все ингредиенты смешать, добавить майонез, посолить и поперчить.

Салат выложить горкой на блюдо, украсить креветками, оливками и веточками петрушки.

Салат из сельди и свинины

Ингредиенты:

300 г свинины (нежирной, вареной), 150 г филе сельди (малосоленой), 150 г майонеза (низкокалорийного), 200 г картофеля, 200 г яблок, 200 г соленых огурцов, 1 помидор, 2 яйца, 10 г зелени петрушки, соль.

Способ приготовления:

Свинину нарезать небольшими кусочками и выложить в глубокую миску.

Картофель отварить, очистить и нарезать ломтиками.

Яблоки помыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и мелко нарезать.

Огурцы измельчить.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать дольками.

Филе сельди нарубить небольшими кусочками.

Все ингредиенты соединить, добавить майонез, соль, перемешать и выложить в салатник. Перед подачей на стол салат украсить дольками помидора и зеленью петрушки.

Салат из морских гребешков

Ингредиенты:

300 г мяса морских гребешков, 200 г помидоров, 130 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 20 мл оливкового масла, 2 столовые ложки винного уксуса, 20 г шпината, перец, соль.

Способ приготовления:

Шпинат помыть, обсушить и поместить в салатник. На него выложить нарезанные дольками помидоры и мелко нарубленный лук.

Гребешки обжарить с двух сторон в разогретом сливочном масле и добавить к салату.

Оливковое масло смешать с винным уксусом, приправить солью и молотым перцем и полить ингредиенты в салатнике полученным соусом.

Салат из кальмаров с помидорами

Ингредиенты:

300 г кальмаров (консервированных), 250 г помидоров, 20 г листового салата, 130 г репчатого лука, 20 мл оливкового масла, 20 мл винного уксуса, 5 г зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Салат помыть, обсушить, нарезать и поместить в салатник. Сверху выложить нарезанные дольками помидоры, мелко нарубленный лук и кусочки кальмаров.

Оливковое масло смешать с винным уксусом, приправить солью и молотым перцем и полить салат полученным соусом.

Поставить его в прохладное место на 30–40 минут.

Перед подачей на стол украсить веточками петрушки.

Салат из морского окуня с помидорами

Ингредиенты:

250 г филе морского окуня, 150 г картофеля, 200 г помидоров, 150 г листового салата, 100 г зеленого лука, 130 мл растительного масла, 2 яйца, 15 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе морского окуня варить в подсоленной воде 10 минут. Затем остудить и нарезать небольшими кусочками.

Яйца отварить вкрутую, очистить и измельчить.

Картофель отварить в мундире, затем остудить, очистить и нарезать кубиками.

Зеленый лук и листовой салат помыть и измельчить.

Помидоры обдать кипятком, удалить кожицу и нарезать мякоть небольшими кусочками.

Подготовленные ингредиенты выложить в салатник, посолить, поперчить, посыпать сахаром, заправить растительным маслом, перемешать и подать на стол.

Салат с сельдью, яблоками и свеклой

Ингредиенты:

150 г филе сельди (малосольной), 100 г картофеля (отварного), 100 г свеклы (отварной), 100 г яблок, 1 огурец, 1 луковица, 1 яйцо, 20 г листового салата, 50 г зелени укропа и петрушки, 200 г майонеза (низкокалорийного), черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель и свеклу очистить и нарезать кубиками.

Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и измельчить.

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины и нарезать небольшими кусочками.

Огурец помыть и измельчить.

Репчатый лук очистить, помыть и нарезать полукольцами.

Листья салата помыть, обсушить и порвать на небольшие кусочки.

Филе сельди мелко нарезать.

Подготовленные ингредиенты выложить в салатник, посолить и поперчить по вкусу, полить майонезом, перемешать и подать на стол, украсив измельченной зеленью укропа и петрушки.

Салат из сельди и белокочанной капусты

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 200 г филе сельди (малосольной), 100 г консервированного зеленого горошка, 130 г репчатого лука, 20 мл растительного масла, 10 мл 3 %-ного уксуса, 15 г зеленого лука, 5 г зелени петрушки, соль.

Способ приготовления:

Капусту помыть, тонко нашинковать.

Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами. Ингредиенты смешать, посыпать солью, сбрызнуть уксусом, слегка перетереть руками и оставить на 15–20 минут.

Пока капуста и лук маринуются, филе сельди мелко нарезать, затем соединить с капустой и луком, добавить зеленый горошек, измельченный зеленый лук, заправить растительным маслом и перемешать.

Готовый салат украсить веточками петрушки и подать на стол.

Салат из шампиньонов и соленых огурцов

Ингредиенты:

300 г соленых огурцов, 100 г шампиньонов, 130 г репчатого лука, 50 г майонеза (низкокалорийного), 50 г сливочного масла, 20 г зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Соленые огурцы измельчить.

Грибы промыть и нарезать ломтиками.

Лук очистить и мелко нарезать.

Шампиньоны и лук спассеровать в сливочном масле, посолить, поперчить, охладить и смешать с мелко нарезанной зеленью укропа (несколько веточек оставить для украшения).

Выложить подготовленные ингредиенты в салатник, заправить майонезом, украсить веточками укропа и подать на стол.

Винегрет с квашеной капустой

Ингредиенты:

300 г картофеля, 150 г квашеной капусты, 250 г свеклы, 150 г огурцов, 120 г моркови, 120 мл растительного масла, 50 г сахарного песка, соль.

Способ приготовления:

Картофель отварить в мундире в подсоленной воде, остудить, очистить и нарезать кубиками.

Свеклу и морковь очистить, нарезать тонкой соломкой, выложить на сковороду с 50 мл растительного масла и тушить до мягкости, после чего остудить.

Квашеную капусту выложить в дуршлаг, промыть холодной водой, затем измельчить.

Огурцы помыть и нарезать соломкой.

Подготовленные ингредиенты выложить в салатник, посолить по вкусу, посыпать сахаром, заправить оставшимся растительным маслом, перемешать и подать на стол.

Винегрет с огурцами и сметаной

Ингредиенты:

300 г картофеля, 170 г свеклы, 150 г огурцов, 100 г моркови, 150 г зеленого лука, 200 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Свеклу и картофель отварить в кожуре, затем остудить, очистить и нарезать кубиками. Зеленый лук помыть и измельчить. Морковь отварить, очистить и нарезать кружочками. Огурцы помыть и мелко нарезать. Подготовленные ингредиенты выложить в салатник, посолить по вкусу, заправить сметаной и перемешать.

Салат из моркови и квашеной капусты

Ингредиенты:

300 г моркови, 100 г квашеной капусты, 20 мл растительного масла.

Способ приготовления:

Морковь помыть и натереть на средней терке. Добавить к моркови квашеную капусту и растительное масло, затем все перемешать.

Салат из квашеной капусты с луком

Ингредиенты:

700 г квашеной капусты, 150 г репчатого красного лука, 150 мл растительного масла.

Способ приготовления:

Квашеную капусту поместить в дуршлаг и промыть холодной водой. После этого выложить ее в салатник.

Репчатый лук очистить, помыть, измельчить и соединить с капустой. Салат полить растительным маслом, перемешать и подать на стол.

Салат из помидоров со сладким перцем

Ингредиенты:

300 г помидоров, 2 яйца, 300 г сладкого перца, 150 г зеленого лука, 50 г зелени петрушки, 200 г сметаны, 10 г соли.

Способ приготовления:

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать ломтиками.

Зеленый лук помыть и измельчить.

Помидоры помыть и нарезать ломтиками.

Из сладкого перца удалить семена и нарезать мякоть полосками.

Выложить помидоры, перец и лук в салатник, полить заправкой, приготовленной из сметаны и соли, перемешать и подать на стол, украсив измельченной зеленью петрушки и ломтиками яиц.

Салат из белокочанной капусты и клюквы

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 100 г клюквы, 200 г моркови, 15 мл растительного масла, 10 мл лимонного сока, 15 г зелени петрушки, сахар, соль.

Способ приготовления:

Капусту нашинковать, посолить, слегка перетереть руками.

Морковь помыть, очистить и натереть на средней терке.

Зеленый лук и петрушку помыть и измельчить.

Все продукты смешать, добавить предварительно вымытую клюкву, сахар, соль, лимонный сок и растительное масло, еще раз перемешать и дать постоять 30 минут.

Салат из тыквы и соленых огурцов

Ингредиенты:

400 г тыквы, 200 г помидоров, 2 соленых огурца, 100 г репчатого лука, 20 мл растительного масла, 10 мл столового уксуса, 15 г зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Тыкву очистить от кожуры, нарезать небольшими кубиками и отварить в подсоленной воде. Затем откинуть ее на дуршлаг, чтобы стекла вода.

Огурцы нарезать кубиками.

Помидоры помыть и вместе с луком измельчить.

Подготовленные ингредиенты смешать, посолить, поперчить и заправить растительным маслом с добавлением уксуса.

Готовый салат посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из огурцов с виноградным уксусом

Ингредиенты:

700 г огурцов, 100 г зеленого лука, 200 г растительного масла, 2 столовые ложки виноградного уксуса, 50 г сахарного песка, соль.

Способ приготовления:

Огурцы помыть и нарезать тонкими полукружиями.

Лук тщательно помыть, измельчить и вместе с огурцами выложить в салатник.

Масло, уксус, сахар и соль соединить, перемешать.

Полученной заправкой полить салат и подать его на стол.

Салат из красной фасоли, маринованных огурцов и яблок

Ингредиенты:

200 г красной консервированной фасоли, 200 г маринованных огурцов, 200 г яблок, 130 г репчатого лука, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 100 г майонеза (низкокалорийного), 5 г горчицы, 30 г зелени укропа и петрушки, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы нарезать кубиками.

Яблоки помыть, очистить, удалить сердцевину, измельчить.

Лук очистить и нашинковать.

Яйцо нарезать дольками.

Консервированную фасоль соединить с огурцами, яблоками и луком, посолить, поперчить, добавить майонез и горчицу, перемешать.

Салат выложить горкой на блюдо, украсить дольками яйца, веточками зелени и подать на стол.

Салат из огурцов со сметаной

Ингредиенты:

500 г огурцов, 400 г листового салата, 150 г сметаны, 10 г соли.

Способ приготовления:

Огурцы помыть и нарезать тонкими ломтиками.

Листья салата помыть, стряхнуть воду, нарезать соломкой и вместе с огурцами выложить в салатник.

Посолить салат и полить его сметаной.

Салат из помидоров и брынзы

Ингредиенты:

500 г помидоров, 100 г брынзы, 100 г сметаны, 15 г зелени петрушки.

Способ приготовления:

Помидоры помыть, нарезать ломтиками, выложить их в салатник.

Сверху поместить натертую на терке брынзу, посыпать измельченной зеленью петрушки и полить сметаной.

Салат овощной с маслинами

Ингредиенты:

300 г брюссельской капусты, 100 г моркови, 70 г маслин (без косточек), 60 г зеленого консервированного горошка, 300 г сладкого перца, 300 г картофеля (вареного), 150 г помидоров, 15 мл растительного масла, 5 мл столового уксуса, 15 г листьев салата, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту помыть и отварить в подсоленной воде.

Картофель нарезать небольшими кусочками, сладкий перец — полукольцами, помидоры — дольками, часть маслин — кружками.

Морковь натереть на средней терке.

Продукты смешать, посолить и поперчить. Для приготовления соуса в растительное масло добавить уксус и тщательно перемешать.

Листья салата помыть, обсушить и поместить на дно салатника. Выложить на них подготовленные ингредиенты, полить их масляным соусом и украсить оставшимися маслинами и консервированным зеленым горошком.

Салат из помидоров со сметаной

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 15 г зеленого лука, 200 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Помидоры помыть, удалить плодоножки, нарезать дольками. Лук помыть, обсушить и мелко нарубить. Все смешать, добавить соль и заправить сметаной.

Салат из помидоров с простоквашей

Ингредиенты:

500 г помидоров, 100 г репчатого лука, 100 г простокваши, 30 г зелени укропа и петрушки, 15 г хрена (тертого), перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры помыть, нарезать дольками, выложить на блюдо, посолить и поперчить.

Лук очистить и нарезать кольцами.

Простоквашу смешать с тертым хреном и измельченной зеленью. Приготовленной заправкой полить помидоры, украсить салат кольцами лука и подать на стол.

Салат из огурцов и помидоров с маслом

Ингредиенты:

100 г огурцов, 300 г помидоров, 100 г репчатого лука, 1 сладкий перец, 30 г зелени укропа и петрушки, 20 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и помидоры помыть, нарезать кружочками, добавить очищенный и нарезанный кольцами лук, измельченные перец, укроп и петрушку.

Салат посолить, заправить растительным маслом, перемешать и подать на стол.

Салат из белокочанной капусты с яблоками и сахаром

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 400 г яблок, 200 г сметаны, 100 г сахарного песка, соль.

Способ приготовления:

Капусту нарезать тонкой соломкой, посыпать солью и перетереть руками, чтобы выделился сок.

Яблоки помыть, удалить сердцевины, нарезать тонкими ломтиками и вместе с капустой выложить в салатник.

Сметану соединить с сахаром и перемешать.

Полученной заправкой полить салат и подать его на стол.

Салат из огурцов и листьев одуванчика

Ингредиенты:

300 г огурцов, 100 г листьев одуванчика, 100 г листового салата, 100 г щавеля, 100 г сметаны, 15 г зелени укропа, соль.

Способ приготовления:

Листья одуванчика нарезать и выдерживать 1 час в холодной воде.

Салат, щавель и зелень укропа перебрать, помыть и мелко нарезать. Добавить измельченные листья одуванчика, нарезанные кубиками огурцы, сметану и соль.

Все ингредиенты перемешать, переложить в салатник и подать на стол.

Салат из огурцов и редиса

Ингредиенты:

600 г огурцов, 200 г редиса, 30 г листового салата, 30 г зелени укропа и петрушки, 150 г сметаны, 10 мл лимонного сока, сахар, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы и редис помыть, нарезать кружочками.

Смешать их с измельченной зеленью укропа и петрушки, выложить горкой на блюдо, выстеленное предварительно вымытыми листьями салата.

Сметану соединить с лимонным соком, сахаром, солью и перцем, полить полученной заправкой салат и подать на стол.

Салат из белокочанной капусты с лимонным соком

Ингредиенты:

1/2 кг белокочанной капусты, 10 мл растительного масла, 50 мл лимонного сока, 5 г соли.

Способ приготовления:

Капусту нашинковать, посолить, перетереть руками до появления сока и положить в салатник.

Затем влить в нее лимонный сок, оставить на 30 минут для пропитывания, после чего заправить растительным маслом.

Салат из белокочанной капусты с морковью

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 250 г моркови, 200 г яблок, 200 г сметаны, 60 г сахарного песка, соль.

Способ приготовления:

Капусту нашинковать тонкой соломкой, посолить и перетереть руками, чтобы она пустила сок.

Морковь очистить, помыть и натереть на средней терке.

Из яблок удалить сердцевину и нарезать их тонкими ломтиками.

Подготовленные ингредиенты выложить в салатник и полить их заправкой, приготовленной из сметаны с сахаром.

Салат из помидоров с яблоками и зеленым луком

Ингредиенты:

450 г помидоров, 300 г яблок, 100 г зеленого лука, 150 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Помидоры нарезать тонкими ломтиками.

Из яблок удалить сердцевины, измельчить мякоть и вместе с помидорами и мелко нарезанным зеленым луком выложить в салатник.

Для приготовления заправки соединить масло, уксус и соль, полить ею салат и подать на стол.

Салат из цветной капусты и помидоров

Ингредиенты:

300 г цветной капусты, 200 г помидоров, 100 г зеленого горошка, 20 г листового салата, 30 г зелени укропа и петрушки, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту помыть, разобрать на соцветия, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, остудить.

Помидоры помыть и нарезать тонкими дольками.

Зеленый горошек отварить в подсоленной воде, остудить.

Салат и зелень укропа помыть и нарезать.

Смешать все подготовленные ингредиенты, посолить, полить маслом, выложить в салатник, украсить веточками петрушки и подать на стол.

Салат из цукини и огурцов

Ингредиенты:

500 г цукини, 300 г огурцов, 50 г чеснока, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, 30 г зелени укропа и петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы помыть, очистить от кожицы и нарезать полукружиями.

Цукини очистить, нарезать кубиками, обжарить их в растительном масле, посолить, остудить.

Смешать цукини с огурцами и толченым чесноком, заправить сметаной.

Выложить салат в салатник, посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа и подать на стол.

Салат из квашеной капусты с яблоками

Ингредиенты:

500 г квашеной капусты, 400 г яблок, 100 мл растительного масла, 50 г сахарного песка.

Способ приготовления:

Квашеную капусту промыть холодной водой и измельчить.

Яблоки помыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать тонкими ломтиками.

Выложить подготовленные ингредиенты в салатник, посыпать их сахаром, полить растительным маслом, перемешать и подать на стол.

Салат из свеклы с краснокочанной капустой

Ингредиенты:

400 г свеклы, 200 г краснокочанной капусты, 100 г майонеза (низкокалорийного), 20 г грецких орехов (измельченных), 10 мл лимонного сока, 5 г сахара, 1 зубчик чеснока, 20 г зелени петрушки и сельдерея, соль.

Способ приготовления:

Свеклу помыть, запечь в духовке, остудить.

Краснокочанную капусту нашинковать, добавить сахар и соль, растереть руками, смешать с нарезанной небольшими кусочками печеной свеклой.

Затем добавить орехи, измельченный чеснок и заправить салат майонезом, смешанным с лимонным соком и сахаром.

Посыпать блюдо измельченной зеленью петрушки и сельдерея и подать на стол.

Супы

Украинский простой борщ

Ингредиенты:

500 говядины, 0,25 кочана капусты, 4 картофелины, 1 свекла (крупная), 25 г свиного сала, 25 г сливочного масла, по 1/2 стакана томатной пасты (можно заменить 2 помидорами) и сметаны, 1 морковка, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 2 чайные ложки сахара, 1 неполная столовая ложка муки, 3 лавровых листа, 4–5 зубчиков чеснока, 5–6 горошин черного перца, 1–2 столовые ложки красного молотого перца, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, укроп и зелень петрушки, соль.

Способ приготовления:

Мясо залить водой, поставить на слабый огонь и варить до готовности. Свеклу нарезать не слишком мелко, потушить с уксусом, частью сала или жиром, снятым с поверхности бульона, сахаром и томатной пастой. В сливочном масле обжарить лук, морковь, корень петрушки. Когда мясо будет почти готово, добавить к нему картофель и капусту. Через 15 минут положить в кастрюлю тушеную свеклу и коренья (лук, морковь, корень петрушки), оставив все это вариться примерно на 10 минут. Потом заправить борщ тертым салом, сливочным маслом и мукой, разведенной холодной водой, сахаром, черным и красным перцем, не забыв посолить.

Перед тем как снять с огня, положить в кастрюлю с борщом лавровый лист, укроп, а незадолго до обеда — зелень петрушки и чеснок.

Сметана добавляется прямо в тарелки, хотя можно подать ее к столу отдельно, лучше в глиняной чашке.

Гетманский борщ

Ингредиенты:

80 говядины (желательно грудинки), 1 луковица, 2 картофелины (небольшие), 1 морковка, 1 свекла, 0,25 кочана капусты, 2 столовые ложки фасоли, 1/2 баклажана, 2 столовые ложки растительного масла, 2–3 лавровых листа, 1 пучок смешанной зелени (петрушка, укроп), сметана, соль.

Способ приготовления:

Фасоль промыть и варить до мягкости в подсоленной воде. Мясо промыть, залить холодной водой, положить в кастрюлю луковицу, лавровый лист и варить до готовности. Пока варится мясо, подготовить овощи. Вымыть свеклу, картофель, морковь, баклажан. Нарезать их кубиками и обжарить в растительном масле. Свежий баклажан можно заменить консервированным, которому в данном случае обработка не требуется.

Сваренное мясо вынуть и нарезать порционными кусками. Бульон процедить, посолить, вновь поставить на огонь и довести до кипения. В кипящий бульон положить куски мяса, свеклу и варить до ее полуготовности. После этого добавить картофель. За 15 минут до готовности положить в кастрюлю капусту, затем морковь, фасоль и баклажан, заранее протертые через сито. Гетманский борщ едят со сметаной, которую можно положить прямо в тарелки или подать отдельно, как и зелень.

Киевский борщ

Ингредиенты:

250 г говядины, 250 г баранины (грудинка), 0,25 кочана капусты, 4 картофелины, 1 свекла (крупная), 2 стакана свекольного кваса, 2 столовые ложки фасоли, 2 кислых яблока, 3 помидора, 2 столовые ложки растительного масла, 50 г сала (можно соленого), 2 луковицы, 1 морковка, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 пучок петрушки, 1 пучок сельдерея, 3 лавровых листа, 3 горошины черного перца, 0,25 ложки красного молотого перца, 3 зубчика чеснока, сметана, соль.

Для свекольного кваса: 500 г черного хлеба, 1,5 л воды, 4 свеклы (небольшие).

Способ приготовления:

Для приготовления свекольного кваса хлеб нарезать небольшими кусками, залить его водой, добавить вымытую, очищенную, крупно нарезанную свеклу и дать этой смеси настояться около 2 дней — днем на солнце, а ночью в теплом месте. На третий день после процеживания квас будет готов для употребления в борщ.

Фасоль промыть в холодной воде и отварить до мягкости. Баранину промыть и как можно мельче нарезать. Промытую говядину залить свекольным квасом и варить на медленном огне. Очистить лук и чеснок. Вымыть картофель, приготовленную для борща свеклу, яблоки, помидоры, морковь, зелень, корни петрушки и сельдерея. Измельчить ножом все, кроме моркови, которую следует натереть на крупной терке.

В растительном масле потушить свеклу вместе с баран иной. В ходе жаренья добавить помидоры, лук, морковь, корни петрушки и сельдерея. В кастрюлю с говядиной сначала ввести нашинкованную капусту и картофель, затем тушеные овощи и варить 15 минут. По истечении этого времени добавить фасоль, а в самом конце варки — яблоки, перец, лавровый лист, соль, растолченный с салом чеснок и зелень. К столу киевский борщ подавать со сметаной.

Киевский борщ с грибами

Ингредиенты:

60 г сушеных грибов (любых), 300 г картофеля, 0,25 кочана капусты, 1 свекла (большая), 1 корень петрушки, 1 морковка, 1 луковица, 2 стакана свекольного кваса, 1 чайная ложка муки, 1/2 стакана томатной пасты, 1/2 стакана сметаны, 100 г сливочного масла, 2 яйца (используются только желтки), 5 горошин черного перца, 1 лавровый лист, 1 столовая ложка сахара, 1 пучок петрушки, соль.

Для свекольного кваса: 500 г черного хлеба, 1,5 л воды, 4 свеклы (небольшие).

Способ приготовления:

Сначала нужно приготовить квас (см. Киевский борщ), поскольку для этого потребуется несколько дней.

Вымочить и отварить до готовности грибы. Мелко нарезать их, а грибной бульон процедить и отлить 1/2 стакана для тушения свеклы. Остальной бульон нужен собственно для борща. Лук очистить, картофель, свеклу, корень петрушки, морковь вымыть. Свеклу нарезать соломкой, картофель — кубиками, капусту нашинковать. Свеклу потушить в грибном бульоне. В сливочном масле обжарить грибы, мелко

Полтавский борщ с галушками

Ингредиенты:

600 мяса гуся или утки, 1 свекла, 0,25 кочана капусты, 3 картофелины, 50 г топленого сала, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 стакан гречневой крупы, 2–3 помидора (можно заменить томатной пастой), 1 морковка, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 лавровых листа, 1 головка чеснока, 5 горошин черного перца, зелень (немного петрушки, лука или любых пряных трав), 2 чайные ложки сахара, сметана, соль.

Для галушек: 1 яйцо, 1 стакан муки, соль.

Способ приготовления:

Приготовить галушки, сварить их в кипящей подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Готовыми считаются те, что всплыли на поверхность воды.

Мясо залить водой и варить до готовности. Картофель, свеклу, морковь, корень петрушки и зелень вымыть, лук и чеснок очистить. Свеклу потушить с уксусом, частью сала (или с жиром, снятым с поверхности бульона), сахаром и помидорами (томатной пастой). Нарезанные соломкой лук, морковь, корень петрушки обжарить в топленом сале. Крупно нарезанный картофель, нашинкованную капусту и гречневую крупу варить в бульоне около 15 минут. Затем добавить тушеную свеклу, обжаренные лук, морковь, корень петрушки, лавровый лист, соль, сахар и варить еще 10 минут. После этого положить в борщ сливочное масло, перец и галушки. Заправить готовое блюдо зеленью петрушки и растолченным с салом чесноком. Перед подачей к столу в каждую тарелку положить сметану.

Черниговский борщ

Ингредиенты:

500 г говядины (можно заменить куском свинины на косточке), 0,25 кочана капусты, 1 свекла, 1 кабачок (небольшой), 1/2 стакана фасоли (вареной), 3–4 помидора, 2 кислых яблока, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 морковка, 5–6 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, сметана, соль.

Способ приготовления:

Промыть и сварить мясо. Вымытую и нарезанную соломкой свеклу потушить, добавив сливочное масло. Кабачок, помидоры, яблоки, корень петрушки, морковь вымыть. Капусту, очистив от верхних листьев, нашинковать соломкой. Лук и чеснок очистить, а затем нарезать. Помидоры и яблоки нарезать кубиками, морковь и корень петрушки натереть на крупной терке.

В кипящий бульон, откуда нужно вынуть готовое мясо, сначала положить свеклу и морковь, через 15–20 минут добавить кабачки, яблоки и помидоры. Фасоль, лук, корень петрушки, лавровый лист, чеснок, соль и перец положить за 5 минут до окончания варки. Заправить сметаной.

Волынский борщ

Ингредиенты:

500 г мяса (любого с костями), 4 стакана мясного бульона, 1 свекла (крупная), 1/4 кочана капусты, 1 баклажан, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1 зубчик чеснока, 1 лавровый лист, 1 пучок зеленого лука, сметана, соль.

Способ приготовления:

Мясо залить горячей водой, довести до кипения, потом слить бульон, заменив его 5 стаканами чистой воды, положить луковицу и варить до готовности. Важно, чтобы мясо остыло в бульоне, иначе оно станет жестким.

Вымыть и в отдельной посуде отварить свеклу, затем очистить ее и нарезать соломкой. Нашинковать капусту, вымыть, мелко нарезать и потушить в небольшом количестве воды баклажан. В конце тушения нужно добавить растительное масло и, обжарив, протереть баклажан через сито. Сложить в суповую кастрюлю капусту, свеклу, баклажан, залить все приготовленным заранее мясным бульоном, посолить, положить лавровый лист и кипятить 10 минут.

Вынуть из бульона мясо, разрезать его на порционные куски, выложить на тарелки и залить овощным борщом. Кроме того, в тарелки положить мелко нарезанные чеснок, зеленый лук и сметану.

Украинский сборный борщ

Ингредиенты:

500 г говядины, 200 г свинины, 100 г ветчины, 50 г сала (можно соленого), 2 л кваса-сировца, 2 свеклы, 0,25 кочана капусты, 3 помидора, 0,25 стакана сметаны, 0,25 стакана вареной фасоли, 4 картофелины, 1 репа, 1 морковка, 1 пучок петрушки, 1 луковица, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца, 4 зубчика чеснока, по 50 г сельдерея, укропа и майорана, зеленый лук, сметана, соль.

Для кваса: 1/2 кг ржаной муки, 10 г дрожжей.

Способ приготовления:

Для приготовления кваса-сировца 2 столовые ложки муки развести с дрожжами в теплой воде (примерно 1 стакан) и дать перебродить, чтобы получилась закваска. Оставшуюся муку залить горячей водой, замесить тесто до густоты сметаны и оставить на 30 минут в теплом месте. После этого добавить закваску в тесто, развести теплой водой, получив консистенцию сока с мякотью. В итоге должно получиться около 2 л кваса-сировца. По мере использования его можно разводить водой: 1/2 л на 1 л израсходованной жидкости.

Сварить говядину и свинину в 2 л кваса-сировца. Нарезать кубиками ветчину. Свеклу вымыть и целиком испечь в кожуре, затем очистить и нарезать соломкой. Очистив от верхних листьев, нашинковать капусту. Очистить чеснок и лук. Вымыть, очистить и нарезать картофель. Вымытые помидоры нарезать кубиками. Вымыть морковь и репу, очистить их, мелко нарезать и вместе с нарезанным салом обжарить.

В кастрюлю, где варится мясо, добавить сначала свеклу, затем картофель, а после него остальные продукты: морковь с репой, помидоры, измельченный лук, лавровый лист, перец, сельдерей, укроп, майоран, мелко нарезанную петрушку. В самом конце варки борщ посолить, добавить ветчину и фасоль. Вынуть мясо, разрезать его на порционные куски, выложить на тарелки и залить борщом. Перед подачей к столу в тарелки положить мелко нарезанный или растолченный с солью чеснок, отдельно предложить зеленый лук и сметану.

Постный борщ

Ингредиенты:

1/2 стакана белой фасоли, 0,3 стакана пшена, 1/2 стакана муки, 2–3 луковицы (небольшие), по 3 корня петрушки и сельдерея, 2–3 свеклы (небольшие), 1 стакан квашеной капусты, 2 помидора, 1 репа, 1 морковь, 2 зубчика чеснока, соль.

Способ приготовления:

Коренья, свеклу, помидоры, репу, морковь вымыть. Лук и чеснок очистить. Фасоль промыть и отварить вместе со свеклой, луком, кореньями, которые здесь используются целиком.

Свекла должна вариться не больше 30 минут, после чего ее следует вынуть из кастрюли, оставив все остальное. Добавить в кипящий борщ отжатую квашеную капусту (слишком кислую обдать кипятком и отжать). Через несколько минут добавить мелко нарезанные помидоры, репу и морковь и только тогда посолить. Незадолго до готовности добавить муку, разведенную остывшим бульоном. Отдельно сварить пшено: размятое с чесноком, оно добавляется в кастрюлю с борщом незадолго до подачи к столу.

Селянский холодный борщ

Ингредиенты:

3 свеклы (небольшие), 5–6 картофелин, 200 г сухофруктов (яблоки, сливы, вишни), 2 огурца, 2 яйца, 1/2 столовой ложки сахара, 4 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, зелень (любая), соль.

Способ приготовления:

Испеченную до полуготовности свеклу очистить от кожуры, нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом и оставить на 2–3 часа в теплом месте. Затем сварить ее до мягкости. Вымытый и очищенный картофель нарезать и отварить отдельно. Сухофрукты перебрать, промыть и сварить до мягкости, тоже в отдельной посуде.

Отвары из картофеля и сухофруктов охладить, перелить в одну кастрюлю, добавить воды, чтобы довести объем жидкости до 2 л. Затем положить свеклу, вареные сухофрукты, картофель, нарезанные как угодно огурцы (заранее вымытые и очищенные) и сваренные вкрутую яйца. За 5 минут до готовности борщ посолить, добавить сахар, а перед подачей к столу заправить сметаной и мелко нарезанной зеленью, например зеленым луком и укропом.

Холодняк

Ингредиенты:

1 л кваса, 300 г вареной колбасы, 3 картофелины, 500 г редиса, 2 огурца, 4 яйца, 100 г сметаны (можно заменить майонезом), зелень (любая для украшения), соль.

Способ приготовления:

Картофель вымыть и отварить в мундире.

Вымытые очищенные огурцы и редис мелко нарезать. Яйца сварить вкрутую и нарезать подобно овощам. Так же аккуратно измельчить колбасу. Все продукты соединить, посолить, перемешать и залить квасом. Перед подачей к столу в каждую тарелку с холодняком положить сметану и зелень.

Летний борщ

Ингредиенты:

3 картофелины, 10 стручков свежей фасоли, 200 г кабачка, 1 свекла (с ботвой), 1 морковка, 1 стакан томатного сока, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, зелень (петрушка, укроп, кинза), соль.

Способ приготовления:

Этот вид борща не требует мясного бульона, хотя при желании можно готовить и на нем. Овощи (картофель, свекла, кабачок, стручки фасоли, морковь) вымыть и очистить. Не очень мелко нарезать все, кроме свеклы и кабачка, которые требуется натереть на крупной терке.

Лук и свекольную ботву тоже нарезать, но мелко, а потом вместе с морковью обжарить в масле. Положить овощи в кастрюлю, залить водой, помня о том, что настоящий украинский борщ должен быть густым. Довести овощную смесь до кипения, сначала влить растительное масло и томатный сок, потом добавить картофель, стручки фасоли, свеклу и кабачок. Посолить, немного прокипятить и снять с огня. Перед подачей к столу посыпать зеленью. Сметану подавать отдельно.

Суп с огурцом и куриной грудкой

Ингредиенты:

2 куриные грудки, 1 огурец, 1 столовая ложка ягодного вина, соль.

Способ приготовления:

Мясо промыть и варить не больше 15 минут, снимая пену, чтобы бульон был прозрачным. Мясо вынуть. Огурец вымыть, очистить, нарезать и добавить в бульон. Вино следует добавлять в готовый суп, когда он уже снят с огня.

Этот легкий, ароматный, чуть пьянящий суп не требует никаких добавок. Посолить по вкусу.

Суп грибной

Ингредиенты:

200 г свежих грибов (любых), 200 г капусты, 4 картофеля, 2 морковки, 1 корень петрушки, 1/2 стакана консервированного зеленого горошка, 1 помидор, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 лавровых листа, 5 горошин черного перца, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления:

Промытые грибы залить 1 л воды и варить до готовности. Картофель, морковь, корень петрушки и зелень вымыть. Лук очистить, нарезать и вместе с морковью и корнем петрушки обжарить в масле. Капусту нашинковать, а помидор и картофель довольно крупно нарезать. В кипящий грибной бульон ввести в следующем порядке: капусту, обжаренные овощи, картофель. Примерно через 15 минут добавить помидоры, горошек, лавровый лист и перец. Посолить, дать немного покипеть и снять с огня. При подаче к столу суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Запорожская похлебка

Ингредиенты:

50 г копченой колбасы, 50 г копченого сала (лучше с прожилками мяса), 1 стакан консервированной фасоли, 1 луковица, 2 помидора, 2 картофелины, 1–2 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, зелень (укроп, петрушка, восточные травы), соль.

Способ приготовления:

Сало нарезать соломкой и тушить 5 минут на сковороде в растительном масле. Картофель вымыть и очистить. Вымытые помидоры нарезать мелко, как и лук. Добавить овощи к салу, долить 2 стакана воды, накрыть сковороду крышкой и тушить на среднем огне 5 минут.

В это время можно заняться собственно супом: положить в кастрюлю фасоль и нарезанную мелкими кубиками колбасу, влить 2 стакана воды, посолить и поперчить, накрыть крышкой и варить до готовности. Вечно занятые запорожцы, видимо, не успевали к обеду и ели эту жирную похлебку холодной. Так же принято употреблять ее и сейчас, только, в отличие от предков, современные украинцы ароматизируют это блюдо петрушкой, укропом или восточными пряностями.

Днепровская похлебка

Ингредиенты:

600 г рыбы (любой), 2 луковицы, 5 помидоров (можно заменить 2 столовыми ложками ароматного томатного соуса), 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка растительного масла, 2 зубчика чеснока, зелень (любая), соль.

Для бульона: 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 5–7 горошин черного перца, 2 лавровых листа.

Способ приготовления:

Сварить бульон, добавив в 1 л воды предварительно вымытые корни петрушки и сельдерея, очищенную луковицу, перец и лавровый лист. Пока он варится, подготовить рыбу: почистить, выпотрошить, промыть, разрезать на куски. Рыбу варить в процеженном бульоне около 15 минут, не забывая снимать пену.

Лук очистить, нарезать кольцами и обжарить в растительном масле, потом ввести муку и потушить до мягкости под закрытой крышкой. Положить лук в бульон, добавить очищенный мелко нарезанный (можно натереть на крупной терке) чеснок, нарезанные помидоры (томатный соус), посолить и варить еще 10 минут. Перед подачей к столу добавить в похлебку мелко нарезанную зелень. А вот привычная, казалось, сметана здесь будет лишней.

Солянка с почками

Ингредиенты:

500 г разного мяса (куски жареной говядины и отварной свинины, вареные или жареные почки), 100 г сала, 1,5 л мясного бульона, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 2 соленых огурца, 1/2 лимона, 2–3 столовые ложки сметаны (очень густой), 3 столовые ложки томатной пасты, по 1 столовой ложке каперсов и молотого красного перца, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа или петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Зелень вымыть. Лук очистить, мелко нарезать и обжарить с салом. Очищенный чеснок натереть на крупной терке. Почки и мясо нарезать тонкими полосками. Выложить в кастрюлю лук, чеснок, почки, мясо, томатную пасту, красный перец и соленые огурцы. Залить все небольшим количеством бульона и тушить 10–15 минут. После этого влить остальной бульон, причем жидкости нужно добавлять столько, чтобы в готовом виде суп был густым. Посолить и поперчить.

В готовую солянку добавить каперсы, тонкие дольки лимона, мелко нарезанные укроп и петрушку, чеснок. Сметану в данном случае лучше подавать отдельно. Украинцы вместо хлеба едят солянку с чесночными пампушками.

Огуречник соленый

Ингредиенты:

400 г свинины, 5 соленых огурцов, 4 картофелины, 2 морковки, 3 листа капусты, 2 луковицы, 1 стакан белой фасоли, 1 помидор, по 1 столовой ложке муки и томатной пасты, 2 лавровых листа, 10 горошин черного перца, мускатный орех на кончике ножа, свиной жир (для жаренья), соль.

Способ приготовления:

Фасоль, вымочив 3–4 часа в холодной воде, отварить. Лук очистить и мелко нарезать.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, обвалять в муке и обжарить в жире. Морковь вымыть, нарезать кубиками и тоже обжарить.

Капусту нашинковать. Огурцы, нарезав так же, отварить в небольшом количестве воды. Картофель вымыть, очистить и тоже нарезать кубиками. На дно кастрюли положить половину мяса и слоями овощи: картофель, морковь, капусту, фасоль, огурцы и лук. Сверху положить вымытый нарезанный и протертый через сито помидор.

Развести в 1 л горячей воды томатную пасту, вылить в кастрюлю с мясом и овощами, положить лавровый лист, перец, соль и мускатный орех. Варить суп около 30 минут на слабом огне. Готовить его довольно долго и хлопотно, зато в итоге получается густое, похожее на рагу, наваристое блюдо, которое подается к столу только горячим.

Капустник

Ингредиенты:

1 кг свинины, 1 кг квашеной капусты, 600 г картофеля, 2–3 луковицы (небольшие), 1 морковка (крупная), 1 корень петрушки, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 100 г топленого сала, 1 стакан сметаны, 1/2 головки чеснока, 50 г зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Свинину промыть и варить до готовности, бульон процедить, а мясо нарезать порционными кусками или произвольно — как нравится. Квашеную капусту нарубить и потушить. Лук и чеснок очистить, картофель, морковь и корень петрушки вымыть, как угодно измельчить. Морковь с луком и корнем петрушки обжарить в сливочном масле, добавить муку, заранее обжаренную и разведенную бульоном.

В процеженный бульон ввести нарезанный картофель, квашеную капусту, обжаренные овощи, добавить сало, растертое с чесноком, луком и зеленью петрушки. Посолить, поперчить и варить до готовности. Перед подачей к столу в каждую тарелку положить сметану.

Огуречник фасолевый

Ингредиенты:

300 г фасоли, 2–3 соленых огурца, 4–5 картофелин, 2 луковицы (небольшие), 100 г сливочного масла, 1/2 л огуречного рассола, 1/2 стакана сметаны (можно заменить сливками), 2 яйца (сваренных вкрутую, используются только желтки), 5 горошин черного перца, 1–2 лавровых листа, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления:

Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, нарезать и обжарить в сливочном масле. Фасоль промыть, выдержать в холодной воде 2 часа, затем отварить и слить отвар в чистую кастрюлю. Разбавить фасолевый отвар кипяченой водой, положить в него картофель и варить до полуготовности. Потом положить в суп мелко нарезанные огурцы, обжаренный лук, фасоль, лавровый лист, перец, влить огуречный рассол и, если нужно, посолить. Сняв с огня, огуречник заправить желтками, растертыми со сливками или сметаной. Подавать к столу со сметаной и зеленью петрушки.

Юшка с почками

Ингредиенты:

600 г говяжьих почек, 6 сушеных грибов (любых) и 4 стакана грибного бульона, 0,25 кочана капусты, 5–6 картофелин, 1 морковка, 1 луковица, 2 соленых огурца, 1 стакан сметаны, 1 яичный желток, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка муки, пряности (любые), соль.

Способ приготовления:

Почки с грибами промыть, отварить по отдельности и нарезать тонкой соломкой. Так же нарезать припущенные огурцы. Морковь вымыть, натереть на крупной терке и обжарить в масле с мукой. Лук очистить, мелко нарезать и добавить к моркови. Грибной бульон процедить и разбавить водой, чтобы получить нужный объем — 4 стакана. Поставить его на огонь и довести до кипения. Затем положить нашинкованную капусту, вымытый и нарезанный кубиками картофель и оставить кипеть до полуготовности картофеля.

Добавить в суп грибы, почки, обжаренные морковь с луком, чуть-чуть разведенные бульоном огурцы и варить еще 7–10 минут. В конце варки посолить, добавить пряности, хотя можно обойтись и без них. Главное, перед подачей к столу заправить юшку сырым желтком, смешанным со сметаной.

Суп из свежей капусты с консервированным горошком

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 200 г консервированного зеленого горошка, 550 г картофеля, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 2 столовые ложки сливочного масла, 1,4 л воды или бульона, специи (любые), соль.

Способ приготовления:

Влить воду или бульон в кастрюлю, поставить на огонь, довести до кипения. Капусту нашинковать, картофель очистить и нарезать дольками. Опустить капусту и картофель в кипящую воду и варить в течение 20–25 минут. Лук и морковь очистить, нашинковать и спассеровать со сливочным маслом. За 10 минут до окончания варки добавить в суп пассерованные овощи, консервированный горошек, соль и специи.

Суп из картофеля и свежей капусты

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 500 г картофеля, 200 г моркови, 200 г репчатого лука, 400 г помидоров, 1 корень петрушки, 1,5 л воды или бульона, соль.

Способ приготовления:

Влить воду (бульон) в кастрюлю, поставить на огонь и довести до кипения. Капусту нашинковать, картофель очистить и нарезать дольками, лук, морковь и корень петрушки — ломтиками.

Опустить в кипящую воду капусту, довести до кипения, затем добавить картофель и остальные овощи (кроме томатов). За 5 минут до конца варки опустить в кастрюлю нарезанные ломтиками томаты.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам. Подавать на стол рекомендуется со сметаной и свежей зеленью.

Картофельный суп с томатами

Ингредиенты:

600 г картофеля, 500 г помидоров, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 1/2 корня петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 2–3 веточки укропа, 1,3 л воды или бульона, сметана, соль.

Способ приготовления:

Поставить на огонь кастрюлю с водой, довести до кипения. Все овощи очистить, нарезать кубиками, томаты — дольками. Опустить в кипящий бульон кубики картофеля и корня петрушки, морковь и лук посолить и спассеровать в растительном масле, затем добавить в суп. Дольки томатов слегка обжарить. Разлить готовый суп по порционным тарелкам, положить в них обжаренные помидоры, заправить сметаной и посыпать нарубленной зеленью укропа.

Суп с кабачками и капустой

Ингредиенты:

500 г кабачков, 250 г белокочанной капусты. 120 г моркови, 80 г риса, 1,5 столовой ложки сливочного масла, 2–3 веточки петрушки или укропа, 1,5 л воды или бульона, соль.

Способ приготовления:

Воду или бульон поставить на огонь и довести до кипения. Кабачки очистить и нарезать крупными ломтиками, морковь — тонкими кружочками, капусту нашинковать. Засыпать в кипящую воду или бульон промытый рис. Через 5 минут добавить в суп морковь и капусту и тушить их на слабом огне. За 5–7 минут до окончания варки опустить в суп нарезанные кабачки и посолить.

Готовое блюдо разлить по тарелкам. При подаче на стол посыпать мелко рубленой зеленью петрушки или укропа и заправить сливочным маслом.

Суп с цукини (итальянская кухня)

Ингредиенты:

400 г цукини (или обычных маленьких кабачков), 50 г вермишели, 2 чайные ложки тертого сыра (любого), 2 столовые ложки растительного масла, 1 стебель лука-порея, 2–3 веточки петрушки, 3–4 листочка базилика, 1 л воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Цукини очистить и нарезать тонкими кружочками. Лук-порей и базилик мелко нарезать и спассеровать в растительном масле. Добавить цукини и жарить еще немного на среднем огне. Когда овощи приобретут золотистый оттенок, влить воду, посолить и поперчить, затем опустить в суп вермишель и варить до полной ее готовности. Положить в суп тертый сыр. Перед подачей на стол посыпать суп мелко нарубленной зеленью петрушки.

Суп с томатами (итальянская кухня)

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 400 г пшеничного хлеба (черствого), 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка тертого сыра (любого), 1 чайная ложка толченого чеснока, 3–4 листика базилика, 1 л мясного бульона, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Хлеб нарезать дольками и замочить ненадолго в холодной воде. Томаты очистить от кожицы, удалить семена. Чеснок обжарить в растительном масле до золотистого цвета, затем убрать его, а в масло выложить отжатый хлеб. Перемешать, добавить бульон, томаты, измельченный базилик, посолить и поперчить. Варить на небольшом огне в течение 1 часа, до тех пор пока суп не загустеет. Затем снять с огня, добавить тертый сыр и хорошо перемешать. Подавать блюдо на стол теплым. Для заправки можно также использовать измельченный корень сельдерея, морковь и репчатый лук.

Крестьянский овощной суп с перловой крупой

Ингредиенты:

1 кг говяжьих костей, 400 г белокочанной капусты, 600 г картофеля, 50 г репчатого лука, 50 г моркови, 50 г брюквы, 40 г перловой крупы, 40 г корня петрушки или сельдерея, 40 г маргарина или растительного масла, 3 горошины душистого перца, 2 лавровых листа, 60 г сметаны, 4 веточки петрушки, 2 л воды, соль.

Способ приготовления:

Сварить бульон из говяжьих костей. Процедить, разделить пополам. Одну половину поставить на огонь и довести до кипения. Перловую крупу промыть и высыпать в бульон. Варить на слабом огне в течение 1 часа, затем добавить оставшийся бульон. Опустить в кастрюлю нарезанную кубиками капусту и варить еще 30 минут. В это время очистить и нарезать морковь, репчатый лук, брюкву и обжарить овощи в сковороде с разогретым маргарином.

Обжаренные овощи опустить в суп, добавить очищенный и нарезанный корень петрушки или сельдерея, душистый перец и лавровый лист. Варить еще 5–10 минут, после чего добавить очищенный и нарезанный кубиками картофель и варить до полной готовности.

Перед подачей на стол посолить суп, разлить по тарелкам, посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки и заправить сметаной.

Томатный суп

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 плавленых сырка, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 1 чайная ложка крахмала, 2 гвоздички, 1 лавровый лист, 4 ломтика белого хлеба, 3–4 веточки петрушки, 200 мл сухого белого вина, 250 мл мясного или куриного бульона, сахар, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Томаты проварить и протереть через сито или измельчить в блендере. Зелень петрушки промыть и измельчить. Репчатый лук очистить, нарезать кубиками, обжарить в сливочном масле до золотистого оттенка. Соединить протертые томаты, обжаренный лук, зелень, лавровый лист, сахар, гвоздику, посолить, поперчить, влить бульон и вино, поставить на огонь и довести до кипения. Непрерывно помешивая, развести в супе нарезанные кусочками плавленые сырки, влить разведенный в небольшом количестве воды крахмал. Хлеб нарезать тонкими ломтиками, натереть чесноком, смазать маслом, посыпать тертым сыром и подрумянить в духовке. Гренки разложить по тарелкам и залить горячим томатным супом.

Суп с овощами и фасолью

Ингредиенты:

400 г фасоли (сухой), 300 г белокочанной капусты, 500 г картофеля, 250 г муки, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, 5 листиков базилика, 5 столовых ложек растительного масла, 50 г сливочного масла, 4 л воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Фасоль замочить на ночь в холодной воде, утром воду слить и процедить.

Лук очистить, мелко нарезать и обжарить в растительном масле, чеснок истолочь, капусту нарезать соломкой, картофель — дольками.

Фасоль отварить с базиликом и чесноком, посолить, протереть через сито (должно остаться примерно 2,25 л жидкости). Снова поставить на огонь, добавить обжаренный лук, картофель и капусту. Через 20 минут осторожно всыпать в кастрюлю муку, непрерывно помешивая. Варить еще 30 минут. Перед подачей на стол поперчить и заправить чесноком. В каждую тарелку с супом положить маленький кусочек сливочного масла (или влить 1 столовую ложку растительного масла).

Грибной суп с огурцами

Ингредиенты:

500 г белых грибов или свежих шампиньонов (можно заменить 50 г сушеных), 2 соленых огурца, 2 луковицы, 50 г каперсов, 2 столовые ложки сливочного масла. 2 столовые ложки томатного пюре, 1 лавровый лист, 4–5 горошин душистого перца, 2 столовые ложки сметаны, 3–4 веточки петрушки, 4 маслины, 1/2 лимона, 1,5 л воды, соль.

Способ приготовления:

Грибы очистить, промыть холодной водой и поместить в кастрюлю. Добавить 1 головку очищенного лука, влить горячую воду и поставить на огонь. Варить в течение 50 минут, затем грибы вынуть из кастрюли, бульон процедить.

Вторую луковицу очистить, мелко нарезать и обжарить в масле вместе с томатным пюре. Соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать ломтиками, отваренные грибы — соломкой. Залить огурцы, обжаренный лук и грибы горячим бульоном и поставить на огонь. Добавить каперсы, душистый перец, лавровый лист, посолить. Варить на небольшом огне в течение 10 минут. Перед окончанием варки заправить сметаной и довести до кипения.

Перед подачей на стол в каждую тарелку с грибной солянкой положить маслины, ломтик лимона, посыпать рубленой зеленью петрушки.

Грибной суп с капустой

Ингредиенты:

300 г квашеной капусты, 30 г сухих грибов (любых), 4 картофелины, 2 луковицы, 1 морковка, 1 корень сельдерея, 1 чайная ложка сахара, 4 столовые ложки сметаны, 1,5 л воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Из сушеных грибов сварить бульон. Вынуть грибы, бульон процедить. Грибы нарезать.

В квашеную капусту добавить немного воды и тушить в течение 15–20 минут. Картофель нарезать брусочками. Лук, морковь, корень сельдерея очистить, промыть, мелко нарезать и слегка обжарить. В горячий грибной бульон опустить картофель и варить до полуготовности, затем добавить тушеную квашеную капусту, нарезанные грибы, лук, морковь, сельдерей и варить до полной готовности. За несколько минут до окончания варки всыпать сахар, посолить и поперчить. Разлить готовое блюдо по тарелкам и заправить сметаной.

Суп с солеными грибами и ветчиной (латвийская кухня)

Ингредиенты:

200 г соленых грибов (любых), 100 г копченой ветчины, 2 картофелины, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 5 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 лавровый лист, 2 веточки сельдерея, 1 салатный лист, 1 л воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Соленые грибы нарезать, лук очистить и нарубить. Ветчину нарезать полосками, обжаривать 3 минуты в сливочном масле, смешать с грибами, луком и томатной пастой и тушить еще 2–3 минуты. Картофель очистить и нарезать кубиками.

Сложить все в кастрюлю с кипящей водой, добавить соль, перец и лавровый лист. Варить на медленном огне под крышкой в течение 12–15 минут. Готовый суп разлить по тарелкам, заправить сметаной и посыпать измельченной зеленью сельдерея и мелко нарезанным листовым салатом.

Суп из белых грибов и кабачков

Ингредиенты:

100 г белых грибов, 100 г кабачков, 1–2 картофелины, 1 помидор, 1 морковка (небольшая), 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 4 стебля зеленого лука, 4 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 л воды или мясного бульона, соль.

Способ приготовления:

Грибы очистить, промыть, нарезать ломтиками и опустить в кипящую подсоленную воду или бульон. Варить 25–30 минут.

Картофель и кабачки очистить, промыть и нарезать ломтиками, зеленый лук измельчить, с томатов снять кожицу и нарезать дольками. Коренья очистить и нарезать маленькими ломтиками. Слегка обжарить коренья в масле, добавить нарезанный зеленый лук и подержать на маленьком огне еще 2–3 минуты. Опустить в бульон с грибами картофель и коренья с зеленым луком и варить на среднем огне в течение 15 минут, затем добавить кабачки и дольки то мата и варить еще 7–10 минут.

Готовый суп разлить по тарелкам, заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Суп харчо (кавказская кухня)

Ингредиенты:

500 г говядины или баранины (грудинки), 2 помидора, 100 г риса, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 4–5 слив (кислых), 2 веточки укропа, 2 веточки петрушки, 2 веточки кинзы, 1 столовая ложка растительного масла, 2 л воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо промыть и нарезать небольшими кусками, залить холодной водой и поставить на огонь. Варить 1,5–2 часа, периодически снимая пену. Затем опустить в бульон измельченный лук, толченый чеснок, промытый рис, сливы, посолить, поперчить и варить еще 30 минут. С томатов снять кожицу, обжарить в масле. Опустить обжаренные томаты в суп за 7–10 минут до конца варки. При подаче на стол посыпать измельченной зеленью.

Суп с квасом и гусиными потрохами

Ингредиенты:

300 г гусиных потрохов, 200 г белокочанной капусты, 1 свекла, 2 картофелины, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 помидор, 2 столовые ложки растительного масла, 3 веточки петрушки, 3 столовые ложки сметаны, 400 мл хлебного кваса, 600 мл воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель и морковь очистить, помыть, нарезать кубиками. С томата снять кожицу и нарезать мелкими дольками. Свеклу очистить, помыть, нарезать соломкой и потушить на растительном масле, добавив в конце нарезанный томат. Капусту нашинковать, корни петрушки и сельдерея очистить, помыть и разрезать вдоль на половинки.

Гусиные потроха тщательно промыть, опустить в воду и довести до кипения. Снять пену, убавить огонь, добавить коренья. Варить до готовности гусиных потрохов, затем вынуть их и нарезать, а бульон процедить, перелив в другую посуду. Влить в бульон квас и снова поставить на огонь. Когда бульон закипит, добавить в него капусту, картофель, свеклу с томатом, посолить и поперчить. Варить под крышкой в течение 40 минут. Перед подачей на стол положить в суп нарезанные потроха, заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью петрушки. Гусиные потроха можно заменить куриными.

Уха из судака

Ингредиенты:

200 г судака (свежего или мороженого), 100 г рыбных отходов (кости, кожа, головы), 3 картофелины, 2 помидора, 1 луковица, 1 корень петрушки, 3–4 веточки петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, 600 мл воды, соль.

Способ приготовления:

Очищенную и выпотрошенную рыбу промыть, нарезать кусками. Картофель очистить и нарезать дольками. Рыбные отходы промыть, опустить в кастрюлю с холодной водой, добавить очищенный корень петрушки и поставить на огонь.

Довести до кипения, снять пену, убавить огонь и варить 40 минут. Затем кости вынуть, а бульон процедить. Опустить в рыбный бульон нарезанный картофель, поставить на огонь и варить в течение 15 минут.

Нарезать томаты, лук очистить. Опустить эти ингредиенты в уху, положить куски рыбы, посолить. Варить еще 15 минут, затем снять с огня и заправить уху маслом. Подавать на стол с зеленью петрушки.

Суп из осетрины с томатами

Ингредиенты:

1 кг осетровой головизны, 1 кг осетрины (филе), 1–2 луковицы, 3 помидора, 2 столовые ложки риса, 8–10 горошин черного перца, 1 лавровый лист, 2 яйца (желтки), 4 столовые ложки сметаны, 2 веточки петрушки, 2 л воды, соль.

Способ приготовления:

Осетровую голову разрубить на части, промыть, опустить в кастрюлю с холодной водой, добавить очищенный лук, перец, лавровый лист и поставить на огонь. Довести до кипения, снять пену и варить на медленном огне, пока хрящи не станут мягкими.

Вынуть рыбу, отделить мясо от хрящей и костей, бульон процедить и остудить. Куски рыбы залить небольшим количеством остывшего бульона. Снова поместить уху на огонь, довести до кипения, добавить промытый рис и очищенные и нарезанные кусками помидоры. Варить 10 минут, затем добавить нарезанное кусками филе. Варить до полной готовности осетрины, затем опустить в суп куски рыбы от головизны, посолить, заправить сметаной, предварительно растертой с желтками.

На стол подавать с мелко рубленой зеленью.

Рыбная похлебка с грибами и консервированными томатами

Ингредиенты:

400 г морской рыбы (любой, филе, свежей или мороженой), 50 г грибов (любых), 230 г консервированных помидоров, 2 ломтика бекона, 2 картофелины, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 600 мл молока, 0,25 чайной ложки тертого мускатного ореха, 4 веточки петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Рыбу промыть и нарезать кусочками, бекон нарезать кубиками. Обжарить бекон на сковороде до образования корочки. Картофель очистить, помыть, нарезать кубиками. Репчатый лук очистить и нарезать кольцами. Грибы перебрать, очистить, промыть, нарезать ломтиками. С консервированных томатов снять кожицу и нарезать кусочками.

Рыбу, картофель, грибы и лук обжаривать на сковороде со сливочным маслом в течение 2–3 минут, затем добавить молоко, довести до кипения и тушить 15–20 минут на маленьком огне. Добавить соль, перец, мускатный орех, томаты и держать на огне еще 10 минут.

Разлить похлебку по тарелкам и украсить зеленью петрушки.

Окрошка мясная

Ингредиенты:

75 г говядины, 2 огурца, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, 4 пера зеленого лука, 2–3 веточки укропа, 350 мл хлебного кваса, горчица, сахар, соль.

Способ приготовления:

Нарезать кубиками отварное мясо и очищенные от кожуры свежие огурцы. Измельчить укроп и зеленый лук. Яйцо сварить вкрутую, очистить, отделить белок от желтка. Белок нарезать кусочками, желток размять вилкой, добавить соль, сахар, горчицу, сметану и перемешать до однородной массы. Затем понемногу влить в эту массу квас, непрерывно помешивая. Добавить нарезанное мясо, огурцы, яичный белок, лук и укроп. Все тщательно перемешать.

Окрошка овощная

Ингредиенты:

1–2 картофелины, 1 морковка (небольшая), 1 столовая ложка зеленого консервированного горошка, 1 огурец, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, 5–6 перьев зеленого лука, 2–3 веточки укропа, 350 мл хлебного кваса, горчица, сахар, соль.

Способ приготовления:

Лук и укроп промыть и мелко нарезать. Картофель и морковь помыть, варить до мягкости, очистить и нарезать кубиками. Яйцо сварить вкрутую, очистить, отделить белок от желтка. Белок нарезать кусочками, желток размять вилкой и смешать с солью, сахаром, горчицей, сметаной. Влить хлебный квас, добавить все остальные ингредиенты и хорошо перемешать.

Холодный суп с огурцами

Ингредиенты:

3 огурца, 5–5 редисок, 5 перьев зеленого лука, 5 веточек кинзы, 1 л кефира или простокваши, 300 мл воды, молотый красный перец, соль.

Способ приготовления:

Кефир или простоквашу развести холодной кипяченой водой, добавить соль и перец, перемешать и поставить охлаждаться в холодильник. Огурцы и редис вымыть и нарезать мелкими кубиками. Лук, укроп, кинзу перебрать, промыть и мелко нарубить. Все соединить и тщательно перемешать. Разложить по тарелкам смесь овощей и зелени и залить кефиром. Можно положить в тарелки кубики льда.

Холодный суп со свежими огурцами и томатами (индийская кухня)

Ингредиенты:

2 огурца, 2 помидора, 1/2 чайной ложки молотого имбиря, 3–4 веточки кинзы, 3–4 веточки мяты, 500 мл йогурта или кефира, 500 мл куриного бульона, кайенский перец на кончике ножа, черный молотый перце, соль.

Способ приготовления:

Бульон процедить. С томатов снять кожицу, удалить семена и нарезать мелкими дольками. Огурцы помыть и мелко нарубить. Кинзу и мяту измельчить.

С помощью миксера взбить йогурт (2–3 минуты), осторожно влить в него холодный куриный бульон и взбивать еще 2 минуты.

Все ингредиенты поместить в суповую миску и залить смесью йогурта и бульона, добавить специи.

Охлажденный суп можно украсить кубиками льда.

Холодный суп с огурцами и изюмом (иранская кухня)

Ингредиенты:

1 огурец, 100 г изюма (без косточек), 5 перьев зеленого лука, 3 веточки укропа, 3 веточки петрушки, 6 кубиков льда, 600 мл йогурта, 200 мл воды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Изюм перебрать, промыть, залить холодной кипяченой водой (200 мл) и оставить на 5 минут.

Огурец помыть, нарезать кубиками, зеленый лук мелко нарубить. Выложить в суповую миску огурец и лук, посолить, поперчить, добавить кубики льда, залить охлажденным йогуртом.

Изюм вынуть из воды, промыть, откинуть на дуршлаг.

Воду из-под изюма процедить. Изюм опустить в суп с йогуртом, затем влить туда процеженную воду. Все тщательно перемешать.

Перед подачей на стол посыпать суп измельченной зеленью петрушки и укропа.

Холодный суп с перцем

Ингредиенты:

2 помидора, 1 огурец, 1 сладкий болгарский перец, 2 зубчика чеснока, 3 пера зеленого лука, 3 веточки петрушки, 3 веточки укропа, 4–5 веточек кинзы, 6 кубиков льда, 1 л кефира или йогурта, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Йогурт (кефир) охладить в холодильнике. Огурец очистить от кожицы, нарезать. С томатов снять кожицу, удалить семена и нарезать. Болгарский перец очистить от семян и нарезать.

Петрушку, укроп, кинзу промыть и измельчить. Чеснок очистить и мелко нарезать. Залить измельченные овощи и зелень йогуртом (кефиром) и взбить в блендере, добавить перец, соль. Охлажденный суп разлить по тарелкам, добавить кубики льда. Отдельно можно подать гренки, натертые чесноком, или сухарики.

Холодный суп с перцем

Ингредиенты:

750 г помидоров, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, 800 мл молока, 600 мл воды, соль.

Способ приготовления:

Снять с томатов кожицу, разрезать на 4 части, добавить 1 столовую ложку сливочного масла и сахар, накрыть крышкой и поставить на слабый огонь. Тушить 10–15 минут, затем влить воду, довести до кипения и соединить с молочным соусом. Варить на медленном огне 15–20 минут. Молочный соус готовится так. Обжарить муку в 2 столовых ложках сливочного масла, разогретого в суповой кастрюле, добавить горячее молоко и довести до кипения. Готовую помидорную массу с молочным соусом протереть через сито или взбить в блендере. Отдельно отварить в подсоленной воде рис. Разложить по тарелкам отварной рис, залить его супом-пюре.

Суп-пюре из томатов с гарниром из риса

Ингредиенты:

750 г помидоров, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, 800 мл молока, 600 мл воды, соль.

Способ приготовления:

Снять с томатов кожицу, разрезать на четыре части, добавить 1 столовую ложку сливочного масла и сахар, накрыть крышкой и поставить на слабый огонь. Тушить 10–15 минут, затем влить воду, довести до кипения и соединить с молочным соусом. Варить на медленном огне 15–20 минут. Молочный соус готовится так. Обжарить муку в 2 столовых ложках сливочного масла, разогретого в суповой кастрюле, добавить горячее молоко и довести до кипения. Готовую помидорную массу с молочным соусом протереть через сито или взбить в блендере. Отдельно отварить в подсоленной воде рис. Разложить по тарелкам отварной рис, залить его супом-пюре.

Суп-пюре из кабачков

Ингредиенты:

200 г кабачков, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 50 мл молока, 300 мл овощного бульона, соль.

Для льезона: 1 яйцо (желток), 100 мл молока.

Способ приготовления:

Кабачки очистить от кожуры и нарезать ломтиками.

Опустить кабачки в разогретое сливочное масло, добавить немного молока и припускать в течение 10 минут. Размягченные кабачки протереть через сито или тщательно измельчить в блендере.

Приготовить белый соус. В суповой кастрюле обжарить муку до светло-желтого цвета, охладить, влить, непрерывно помешивая, 70–100 мл овощного бульона.

Соединить кабачки с соусом, влить оставшийся овощной бульон, поставить на огонь и довести до кипения.

Готовый суп слегка остудить, заправить льезоном, поставить на слабый огонь и прогревать до тех пор, пока суп-пюре не загустеет.

Разлить по тарелкам, положить в суп немного сливочного масла. Отдельно можно подать гренки.

Суп-пюре из кабачков с гарниром из зеленой фасоли

Ингредиенты:

50 г зеленой стручковой фасоли, 300 г кабачков, 40 г лука-порея, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 700 мл мясного бульона, соль.

Для льезона: 1 яйцо (желток), 100 мл молока.

Способ приготовления:

Фасоль нарезать ромбами и отварить в подсоленной воде.

Лук-порей вымыть, мелко нарезать. Кабачки очистить от кожуры и нарезать тонкими ломтиками. Лук спассеровать в половине сливочного масла, добавить кабачки, соль и тушить под крышкой до готовности кабачков. Затем протереть эту массу сквозь сито или взбить в блендере. Приготовить белый соус. Обжарить муку до золотистого цвета, охладить, непрерывно помешивая, влить небольшое количество бульона. Готовый соус процедить через сито.

В соус опустить протертые кабачки, развести оставшимся бульоном, поставить на огонь и довести до кипения.

Заправить суп льезоном. В суповые тарелки положить отварную зеленую фасоль, залить ее супом-пюре. На отдельной тарелке можно подать маленькие гренки.

Суп из креветок и томатов (испанская кухня)

Ингредиенты:

400 г помидоров, 200 г креветок, 1 луковица, 200 г сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки муки, 7–8 веточек укропа, 400 мл мясного бульона, томатная паста, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Спелые томаты проколоть вилкой в нескольких местах, поместить в духовку или микроволновую печь и запечь.

Вынуть из печи, когда на томатах полопается кожица. Остудить, снять кожицу. Репчатый лук очистить, мелко нарезать и обжаривать в масле 1–2 минуты, затем добавить муку и держать на огне еще 2–3 минуты. Добавить к луку томатную пасту, 100 мл сметаны, влить бульон, перемешать и варить еще 5–6 минут. Если суп получится слишком густым, можно добавить немного воды. Посолить суп, добавить перец, рубленую зелень укропа, помидоры и очищенные креветки. Довести до кипения и варить 3–4 минуты.

Горячий суп разлить по тарелкам и заправить сметаной.

Томатный суп с креветками и бамией

Ингредиенты:

300 г креветок (очищенных), 750 г помидоров, 250 г бамии, 175 г колбасы чоризо, 30 г корня петрушки, 1 луковица, 1 красный сладкий болгарский перец, 1 сельдерей (черешковый), 3 зубчика чеснока, 1 чайная ложка орегано, 1 чайная ложка тмина, 0,25 чайной ложки кайенского перца, 1 столовая ложка муки, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 1,25 л рыбного бульона, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Бамию нарезать ломтиками. Лук и корень петрушки очистить, нарезать кубиками. Болгарский перец, очищенный от семян, и черешок сельдерея также нарезать кубиками. Чеснок очистить, истолочь. Томаты очистить от кожицы и нарезать дольками, колбасу — ломтиками.

Лук, сельдерей, болгарский перец, сельдерей, корень петрушки и чеснок обжарить в масле в течение 8 минут.

Добавить муку и обжаривать еще 2 минуты, непрерывно помешивая. Высыпать в смесь овощей орегано, тмин и держать на огне, постоянно помешивая, еще 1 минуту. Добавить томаты, колбасу, влить бульон и довести до кипения.

Убавить огонь и варить суп 30 минут, время от времени помешивая, до загустения. Положить в суп ломтики бамии и варить еще 7 минут. Затем опустить в суп креветки и прогреть их. Добавить черный и кайенский перец и посолить.

Запеканки из мяса

Фарш с капустой, рисом и луком «Суперленивый»

Ингредиенты:

500 г любого фарша, 1/2 кочана капусты, 1/2 стакана риса, 1–2 луковицы, 1,5 стакана воды, 2 чайные ложки соли, растительное масло, томатный соус, сметана, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук и капусту крупно нарежьте. В блендер влейте 1 стакан воды, положите лук и взбейте. Добавьте половину нормы капусты и продолжайте взбивать. Долейте полстакана воды (вместо воды можно взять сметану), положите оставшуюся капусту, взбейте все вместе, посолите, поперчите, по желанию добавьте томатный соус и тщательно взбейте смесь.

Смешайте фарш с сырым рисом, влейте луково-капустную смесь и тщательно перемешайте. Полученную массу выложите в смазанную маслом форму и разровняйте. Запекайте в духовке 50–60 минут при температуре 180 ˚С.

Готовую запеканку смажьте сметаной и запекайте еще 5 минут.

Говяжий фарш с кукурузой, картофелем, помидорами и базиликом «Акапулько»

Ингредиенты:

500 г говяжьего фарша, 1 банка консервированной кукурузы, 7–8 картофелин, 200 г помидоров черри, 1 пучок базилика, 250 мл сливок, 100 г сыра (любого), 1 луковица, 4 яйца, 2 столовые ложки кетчупа, 2 столовые ложки растительного масла, молотый черный перец, молотый красный перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель нарежьте кубиками и обжарьте в 1 столовой ложке масла. Сыр натрите на крупной терке. Лук нарубите, спассеруйте в оставшемся масле и смешайте с фаршем. Кукурузу откиньте на дуршлаг и смешайте с 50 г сыра и 1 яйцом. Смесь посолите, поперчите и добавьте к фаршу.

Картофель выложите в форму и поверх него — фарш. Помидоры разрежьте пополам и разложите поверх фарша. Взбейте сливки, кетчуп, 3 яйца, добавьте измельченный базилик, посолите и поперчите. Полученную смесь влейте в форму и посыпьте оставшимся сыром. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 200 °C.

Фарш с картофелем, помидорами и молоком по-молдавски «Кишиневская мусака»

Ингредиенты:

400 г фарша (любого), 4–5 картофелин, 200 г свежих или консервированных помидоров, 500 мл молока, 2 луковицы, 2 столовые ложки томатной пасты, 4–5 столовых ложек муки, 4 яйца, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук мелко нарежьте и обжарьте вместе с томатной пастой. Добавьте фарш и жарьте еще 15–20 минут. Затем положите мелко нарезанные помидоры, картофель и продолжайте обжаривать смесь до готовности картофеля, посолив и поперчив. Полученную массу выложите в форму и влейте в нее полстакана воды.

Запекайте в духовке при средней температуре до тех пор, пока не выпарится вода. Яйца смешайте с молоком, мукой, маслом и равномерно влейте смесь в форму. Продолжайте запекать до образования золотистой корочки.

Фарш с капустой и салом по-французски «Марсельеза»

Ингредиенты:

350 г фарша (любого), 1/2 кочана капусты, 150 г сала, панировочные сухари, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту разберите на листья, сварите в подсоленной воде до мягкости и срежьте стебли. Обсохшие капустные листья мелко нарежьте. Фарш обжарьте, посолите и поперчите. Сало нарежьте тонкой соломкой. В смазанную маслом форму уложите слоями капусту, фарш и сало. Поверх сала посыпьте панировочными сухарями и сбрызните маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Говяжий фарш с грибами, сладким перцем, картофелем и луком «Директорский»

Ингредиенты:

400–500 г говяжьего фарша, 100 г свежих грибов (любых), 1 сладкий зеленый перец, 4–5 картофелин, 1 луковица, 300 мл говяжьего бульона, 2 столовые ложки томатной пасты, 2–3 столовые ложки молока, 1 чайная ложка вустерширского соуса, 1 чайная ложка измельченной зелени базилика, растительное масло, сливочное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Нарезанные лук и сладкий перец обжаривайте несколько минут на растительном масле. Затем положите фарш и обжарьте смесь почти до готовности. Добавьте нарезанные грибы и потушите смесь до размягчения грибов. Введите томатное пюре, вустерширский соус, бульон, базилик, посолите, поперчите и постепенно доведите полученную массу до кипения. Уменьшите огонь и потушите еще 20 минут.

Картофель поварите 20 минут в подсоленной воде до размягчения. Слейте воду, картофель разомните вилкой, добавьте сливочное масло и горячее молоко. Взбейте пюре до получения однородной массы.

Выложите мясную массу в форму, поверх нее — картофельное пюре и разровняйте его вилкой. Запекайте в духовке 20 минут до образования золотистой корочки.

Фарш с шампиньонами, сладким перцем, брынзой и сливками «Чемпионский»

Ингредиенты:

700–800 г фарша (любого), 600 г шампиньонов, 1 сладкий зеленый перец, 1 сладкий красный перец, 300–400 г брынзы, 450 мл сливок, 1 столовая ложка пряных трав, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Фарш обжарьте до готовности. Шампиньоны нарежьте на половинки, сладкий перец — соломкой, положите к фаршу и потушите смесь 5 минут. Затем добавьте сливки, пряности, посолите и поперчите. Полученную массу выложите в форму, разровняйте и накройте крышкой. Запекайте в духовке 20 минут при температуре 200 °С. Брынзу нарежьте кусочками, выложите в форму и запекайте еще 20 минут.

Фарш с капустой, овсяными хлопьями, луком и салом «Завтрак Геркулеса»

Ингредиенты:

300 г фарша (любого), 1 кочан капусты (небольшой), 1 стакан овсяных хлопьев, 1 луковица, 100 г сала, 2 яйца, 4 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, молотые сухари, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту разберите на листья, несколько минут поварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. В мясной фарш добавьте мелко нарезанный лук, хлопья, соль, перец, немного сметаны и тщательно перемешайте смесь.

В смазанную маслом форму выложите слоями, чередуя, подготовленные капустные листья и фарш. Последним слоем положите капустные листья. Взбейте яйца, смешайте с оставшейся сметаной, влейте полученную смесь в форму, посыпьте сухарями и обложите тонкими ломтиками сала. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте с отварным картофелем.

Говяжий фарш со сладким перцем, чеддером, сухарями и сметаной «Привереда»

Ингредиенты:

500 г говяжьего фарша (нежирного), 1 сладкий зеленый перец, 200 г тертого сыра чеддер, 200 г панировочных сухарей, 1/2 стакана сметаны, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки вустерширского соуса, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, 1 столовая ложка рубленой зелени тимьяна, 1 чайная ложка соли, кетчуп, оливковое масло, перец.

Способ приготовления:

Лук, перец и чеснок мелко нарежьте и обжарьте на оливковом масле до мягкости. Фарш смешайте с сыром, панировочными сухарями, сметаной, вустерширским соусом и зеленью. Затем добавьте остывшие обжаренные овощи, посолите, поперчите и тщательно перемешайте. Полученную массу выложите в смазанную маслом форму и смажьте тонким слоем кетчупа. Запекайте в духовке 45 минут при температуре 160 ˚С. Подавайте с картофелем, зеленым салатом или гречневой кашей.

Фарш с баклажанами, кабачками и луком «Ломбардийский»

Ингредиенты:

500 г фарша (любого), 2 баклажана, 2 кабачка, 2 луковицы, 1 столовая ложка томатной пасты, растительное масло, зелень петрушки, молотый черный перец, молотый красный перец, соль.

Способ приготовления:

Лук мелко нарежьте, обжарьте, смешайте с фаршем, приправьте черным и красным перцем, томатной пастой и солью. Смесь тщательно перемешайте, посыпьте рубленой зеленью петрушки, влейте треть стакана воды и еще раз тщательно перемешайте. Баклажаны и кабачки нарежьте кружками, посолите, обваляйте в муке и обжарьте с обеих сторон.

В смазанную маслом форму уложите слоями, чередуя, подготовленный фарш, кабачки и баклажаны. Верхним слоем выложите фарш и сбрызните его маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Мясо с рисом, грибами, ветчиной, помидорами и зеленью «Флорентийские каникулы»

Ингредиенты:

1 стакан мелко нарубленного мяса (любого), 300 г риса, 3/4 стакана нарезанных грибов (любых), 100 г ветчины, 3 помидора, 1 пучок зелени (укроп, базилик, эстрагон), 1 столовая ложка мелко нарубленной зелени петрушки, 1 столовая ложка томатной пасты, 2 столовые ложки панировочных сухарей, сливочное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Сварите рассыпчатый рис и откиньте на дуршлаг. Мелко нарезанные грибы и измельченный пучок зелени обжарьте, влейте немного воды и потушите до готовности. Затем добавьте нарубленную ветчину, мелко нарубленное мясо, нарезанные помидоры, томатную пасту и зелень петрушки. Смесь потушите под крышкой 15 минут, посолите и поперчите. Влейте небольшое количество воды, прокипятите, полученную жидкость процедите и полейте ею рис.

Смазанную маслом форму посыпьте панировочными сухарями и выложите в нее часть подготовленного риса. В середине сделайте углубление и положите в него обжаренную смесь. Поверх нее выложите оставшийся рис, посыпьте панировочными сухарями и сбрызните растопленным сливочным маслом. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Вареное мясо с баклажанами, помидорами, луком и сыром «Миланское»

Ингредиенты:

500 г вареного мяса (любого), 1 кг баклажанов, 5 помидоров, 1 луковица, 1/2 стакана тертого сыра (любого), 3 столовые ложки молотых сухарей, 1/2 стакана растительного масла, сливочное масло, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны нарежьте кружками толщиной 2 см и выдержите 5–10 минут в соленой воде. Затем отожмите и обжарьте на разогретом растительном масле. Помидоры нарежьте мелкими кубиками и немного обжарьте.

Пропустите через мясорубку мясо и слегка обжарьте его с мелко нарезанным луком. Подготовленные продукты уложите слоями в смазанную растительным маслом и посыпанную сухарями форму. Первым слоем выложите баклажаны, вторым — мясо с луком, третьим — помидоры. Посыпьте молотыми сухарями, смешанными с тертым сыром, и разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Баранина с авокадо, салатом-латуком, помидорами и оливками «Сбербанковская»

Ингредиенты:

300 г вареной мякоти баранины, 2 авокадо, 1 кочан салата-латука, 2 помидора, 15–16 помидоров черри, 10–12 оливок (без косточек), 1 огурец, сок 1 лимона, 1/2 стакана майонеза, 3 столовые ложки тертого сыра (любого твердых сортов), 2 столовые ложки рубленой зелени сельдерея, молотый белый перец, соль.

Способ приготовления:

Авокадо разрежьте пополам, удалите косточки и очистите от кожуры. Мясо, 2 помидора и огурец нарежьте кубиками, оливки — колечками, все смешайте, добавьте сельдерей, посолите, поперчите и еще раз перемешайте смесь.

На каждую половинку авокадо положите нарезанный полосками салат-латук, подготовленную смесь, по 4 очищенных от кожицы помидора черри, полейте лимонным соком, майонезом и посыпьте сыром. Запекайте в духовке 10 минут при средней температуре. Подавайте, посыпав любой измельченной зеленью.

Курица с картофельным пюре, сладким перцем, луком и чесноком «Генеральская»

Ингредиенты:

1 небольшая вареная или приготовленная на гриле курица, 9–10 картофелин, 2 сладких красных перца, 2 сладких желтых перца, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 80 г сливочного масла, 600 мл молока, 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки мягкого сливочного сыра, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка молотой паприки, 1 чайная ложка соли, 1/4 чайной ложки перца, растительное масло.

Способ приготовления:

Курицу очистите от кожи и костей. Мякоть нарежьте небольшими кусочками и выложите в смазанную маслом форму. Картофель сварите в подсоленной воде и приготовьте из него пюре. Чеснок пропустите через пресс, нашинкуйте лук и сладкий перец и обжаривайте все 10 минут в разогретом растительном масле.

Отдельно растопите сливочное масло, всыпьте муку, слегка ее обжарьте и небольшими порциями влейте молоко. Сыр разотрите до однородной массы, добавьте к полученной смеси, посолите, поперчите и всыпьте молотую паприку. Затем добавьте подготовленные чеснок, лук, сладкий перец, тщательно перемешайте полученный соус и влейте его в форму. Поверх него выложите пюре и разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке около 30 минут при температуре 200 ˚С.

Курица с грибами, сыром и кабачками под соусом «Аллюр»

Ингредиенты:

500 г вареной курицы, 150 г сушеных грибов (любых), 300 г кабачков, молоко или вода (для замачивания грибов), тертый сыр (любой), растительное масло, соль.

Для соуса: 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1 стакан куриного бульона, 4–5 столовых ложек сливок 20 %-ной жирности, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Грибы на несколько часов залейте молоком или водой, затем откиньте на дуршлаг и дайте жидкости стечь. Подготовленные грибы нарежьте и обжарьте на растительном масле. Куриное мясо нарежьте мелкими кусочками. Кабачки нарежьте кубиками, обжарьте до мягкости и посолите.

Курятину, кабачки, грибы выложите в форму, влейте соус и обильно посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке около 20 минут при температуре 180 ˚С.

Для соуса растопите на сковороде сливочное масло, всыпьте муку и обжаривайте ее, помешивая, до светло-кремового цвета. Затем, быстро помешивая, влейте бульон, сливки, посолите и поперчите.

Курица с рисом, сладким перцем, ананасами и персиками «Знойная»

Ингредиенты:

500 г куриного филе, 300 г длиннозерного риса, 2 сладких красных перца, 1 банка консервированных ананасов (небольшая), 1 банка консервированных персиков (большая), 2 луковицы, 200 г сыра с плесенью, 500 мл сливок, 1 чайная ложка карри, 1 чайная ложка перца, 1,5 чайной ложки соли.

Способ приготовления:

Лук нашинкуйте, филе нарежьте небольшими кусочками, сладкий перец — полосками. Консервированные фрукты нарежьте небольшими кусочками, сироп сохраните. Рис сварите до полуготовности и смешайте со всеми подготовленными продуктами.

Полученную массу посолите, поперчите, добавьте карри, все тщательно перемешайте, выложите в смазанную маслом форму и посыпьте измельченным сыром. Смешайте сливки, сироп из-под фруктов и влейте смесь в форму. Запекайте в духовке около 1 часа 30 минут при температуре 150 °C.

Куропатки с грибами, рисом, помидорами и сыром «Охотничьи рассказы»

Ингредиенты:

2 куропатки, 250 г грибов (любых), 1,5 стакана риса, 5 помидоров, 1/2 стакана тертого сыра (любого), 1 луковица, 5 чайных ложек томатной пасты, 150–200 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Обработанные тушки куропаток разрежьте вдоль, затем пополам, обжарьте на сливочном масле и поставьте в духовку на 30–40 минут. Затем остудите, отделите мясо от костей и нарежьте мясо кубиками. Кости нарубите, залейте холодной водой и сварите бульон.

Рис слегка обжарьте с мелко нарезанным луком, залейте приготовленным бульоном (на 1 часть риса возьмите 2,5 части бульона), добавьте томатную пасту, соль, перец и поставьте в разогретую духовку на 20–30 минут. Затем осторожно смешайте рис с половиной тертого сыра. Очищенные и промытые грибы мелко нарежьте и слегка обжарьте.

В смазанную маслом форму выложите, чередуя, слой риса, затем — слой мяса и слой припущенных грибов, поверх них — ломтики очищенных от кожицы и семян помидоров. Последним слоем выложите рис, посыпьте его оставшимся сыром и полейте растопленным маслом. Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре.

Индейка со сладким перцем, помидорами, луком и майонезом «Госпожа министерша»

Ингредиенты:

400 г филе индейки, 2 сладких перца, 2 помидора, 2 луковицы, 100 г майонеза, 100 г сметаны, 1,75 стакана риса, 2 яйца, 150 г тертого сыра (любого), 500 мл воды, зелень (любая), растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе, сладкий перец мелко нарежьте, лук нашинкуйте и обжаривайте все 5 минут. Затем положите рис, тщательно пере мешайте смесь, влейте воду, посолите, поперчите и потушите под крышкой до готовности на слабом огне.

Остывшую смесь смешайте со сметаной, майонезом, взбитыми яйцами и частью сыра. Полученную массу выложите в форму, разложите нарезанные кружками помидоры, посыпьте измельченной зеленью и оставшимся сыром. Запекайте в духовке около 15 минут при температуре 200 ˚С.

Колбаски-гриль со сладким перцем и рисом «Братья Обжоркины»

Ингредиенты:

500 г колбасок-гриль, 1 сладкий перец, 2 стакана вареного риса, 1 луковица, 200 мл куриного бульона, 1/2 чайной ложки перца, 1 чайная ложка соли, растительное масло.

Способ приготовления:

Колбаски нарежьте кусочками и обжарьте. Добавьте нашинкованный лук, нарезанный кубиками сладкий перец, рис, бульон, посолите, поперчите и тщательно перемешайте. Полученную массу выложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке около 40 минут при температуре 180 °C.

Сосиски со сладким перцем, красным луком, яйцами и сыром «Демократические»

Ингредиенты:

200 г сосисок, 2 сладких желтых перца, 1 красная луковица, 8 яиц, 1 стакан тертого сыра моцарелла, 1/2 стакана измельченной зелени петрушки или базилика, 1/2 чайной ложки соли, 1/2 чайной ложки крупномолотого черного перца, растительное масло.

Способ приготовления:

Сосиски нарежьте кусочками и обжаривайте 5 минут на среднем огне до золотистого цвета в форме для выпечки. Затем выложите на бумажную салфетку, чтобы удалить излишки масла. В форму, где обжаривались сосиски, положите нарезанный полосками перец, тонко нашинкованный лук, влейте полстакана воды и потушите смесь, помешивая, 12–13 минут, пока овощи не станут мягкими.

Взбейте яйца, смешайте с петрушкой, солью, перцем и сыром. Полученную массу выложите в форму и добавьте сосиски. Прогревайте 3 минуты, не перемешивая, пока масса не загустеет по краям. Затем поставьте форму в нагретую духовку и запекайте 10–12 минут, пока масса не застынет. Подавайте, перевернув форму на блюдо.

Запеканки из рыбы

Треска с картофелем, помидорами, вином и оливками «Пятизвездочная»

Ингредиенты:

1 кг филе трески, 1 кг картофеля, 1 кг помидоров, 4 сладких красных перца, 1 стакан сухого белого вина, 150 г оливок, 100 г маслин, 2 луковицы (крупные), 2 зубчика чеснока, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1/2 стакана тертого сыра пармезан, 2 столовый ложки томатной пасты, 2 столовые ложки рубленой зелени петрушки, 1 стакан оливкового масла, острый стручковый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Рыбу нарежьте кусочками. Картофель нарежьте кружками, поварите несколько минут в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг. Смешайте очищенные от кожицы, семян и измельченные помидоры, очищенные от косточек и измельченные оливки, измельченный сладкий перец, томатную пасту, вино, оливковое масло, тертые лук и чеснок. Полученную смесь заправьте черным и измельченным стручковым перцем, солью и посыпьте зеленью петрушки. Полученный соус тщательно перемешайте.

В смазанную оливковым маслом форму выложите слоями, чередуя, рыбу и картофель, поливая каждый слой соусом. Запекайте в духовке под крышкой до размягчения рыбы и картофеля, затем снимите крышку и прогревайте запеканку до полной готовности. Готовое блюдо посыпьте измельченными яйцами, тертым сыром и украсьте маслинами. Подавайте с дольками мандаринов.

Треска с помидорами, сыром и луком по-португальски «Лиссабонская»

Ингредиенты:

1,5 кг филе трески, 7–8 помидоров, 100 г сыра (любого), 3–4 луковицы, 2–3 морковки, 2/3 стакана муки, 300 мл рыбного бульона, 100 г сливочного масла, зелень (любая), растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

В форме разогрейте растительное масло и выложите нарезанную кусочками и подсоленную рыбу. Между кусочками рыбы положите половинки помидоров, ломтики лука и очень тонкие ломтики моркови. Подготовленную рыбу потушите в разогретой духовке 20 минут при средней температуре. Муку спассеруйте на сливочном масле, добавьте рыбный бульон, зелень, перец, соль. Полученный соус влейте в форму и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке еще 8–10 минут. Подавайте с овощными салатами.

Рыба с картофелем, луком, помидорами и сельдереем «Китайская грамота»

Ингредиенты:

500 г рыбы (любой), 2 картофелины (вареные), 2 луковицы, 2–3 помидора, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 4–5 столовых ложек хлебных крошек, 1 столовая ложка соевого соуса, 1 стакан молока, зелень сельдерея, перец, соль.

Способ приготовления:

Рыбу нарежьте кусками и сварите в небольшом количестве воды с добавлением соевого соуса, соли и перца. Дайте остыть, осторожно достаньте рыбу и освободите от костей. Картофель нарежьте кусочками, лук нашинкуйте, помидоры нарежьте дольками и посыпьте все перцем и солью.

В смазанную маслом и посыпанную 2 столовыми ложками хлебных крошек форму уложите слоями, чередуя, картофель, рыбу, лук и помидоры. Яйца взбейте, смешайте с молоком и влейте в форму. Посыпьте оставшимися хлебными крошками и нарубленным сельдереем. Запекайте в духовке 45 минут при средней температуре.

Рыбное филе с картофелем, помидорами, кориандром и луком «Рокфеллеровское»

Ингредиенты:

800 г филе трески, пикши или окуня, 500 г картофеля, 300 г помидоров, 6 стеблей зеленого кориандра, 1–2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 1/2 стакана сметаны, 2 столовые ложки муки, 2–3 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки сливочного масла, 3–4 столовые ложки топленого масла, зеленый лук, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе насухо промокните салфеткой, посолите, обваляйте в муке и обжарьте в 2 столовых ложках топленого масла по 3 минуты с каждой стороны. Картофель сварите в мундире, очистите, нарежьте кружками, посолите и поперчите. Помидоры ошпарьте, обдайте холодной водой, снимите кожицу, удалите основание плодоножки, нарежьте кружками и посолите.

Кориандр вымойте и оторвите листочки. Зеленый лук и чеснок мелко нарежьте. Репчатый лук нарежьте тонкими полукольцами. Оставшееся топленое масло (отложите немного для смазывания формы) разогрейте и потушите подготовленные овощи, помешивая, 8–10 минут. Добавьте сметану и потушите, помешивая, еще 10 минут. Затем смесь посолите, поперчите и добавьте листочки кориандра.

Картофель выложите в смазанную топленым маслом форму, поверх него — рыбу, затем — овощи. Разложите помидоры, посыпьте сухарями и полейте растопленным сливочным маслом. Запекайте в духовке около 35 минут до образования румяной корочки при температуре 170 °C.

Рыба со сладким перцем, луком-пореем и укропом «Гламурная»

Ингредиенты:

1 кг филе рыбы (любой), 200 г сладкого перца, 200 г лука-порея, 50 г измельченной зелени укропа, 2–3 яйца, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе нарежьте кусочками, посолите и поперчите. Сладкий перец нарежьте тонкими кольцами, зелень укропа и лук-порей измельчите. Лук-порей смешайте с взбитыми яйцами.

В смазанную маслом форму выложите половину смеси из лука-порея и яиц, поверх нее — слой рыбы, посыпьте ее укропом, затем уложите сладкий перец, залейте все оставшейся смесью лука-порея с яйцами и накройте форму фольгой. Запекайте в духовке до готовности при температуре 200–220 °С.

Сельдь с рисом, сливками, мягким сыром и помидорами «Дамская по-амстердамски»

Ингредиенты:

300 г филе малосольной сельди, 400 г длиннозерного риса, 100 мл сливок, сыр (любой мягких сортов), помидоры, лимонный сок, сливочное масло, молотый мускатный орех, перец, соль.

Способ приготовления:

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Готовый рис поперчите и половину выложите в смазанную сливочным маслом форму. Поверх риса выложите половину нарезанного кусочками филе и сбрызните его лимонным соком. Третьим слоем выложите оставшийся рис, четвертым — сельдь, тоже сбрызнутую лимонным соком.

Поверх сельди разложите нарезанные кружками помидоры. Сливки заправьте мускатным орехом, перцем и влейте в форму. Затем выложите нарезанный тонкими кружками сыр. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 220 ˚С.

Шпроты с шампиньонами, картофелем и помидорами «Простодушные»

Ингредиенты:

1 банка шпротов, 200 г шампиньонов, 4 картофелины, 5–6 помидоров, 2 луковицы, 4 столовые ложки сметаны, 3 яйца, 1/3 чайной ложки молотого белого перца, сода на кончике ножа, растительное масло, соль.

Способ приготовления:

Отварите картофель в мундире, остудите, очистите и нарежьте ломтиками. Лук мелко нарежьте и обжарьте на среднем огне до легкого зарумянивания. Шампиньоны нарежьте пластинками и добавьте к луку. Обжаривайте грибы на сильном огне, помешивая, до испарения жидкости и появления румяной корочки. Лук и грибы выложите в миску, отцеживая лишнее масло, и остудите. Слейте масло со шпротов, шпроты наломайте небольшими кусочками.

В смазанную маслом форму выложите слой картофеля и слегка посолите его. Затем выложите слой шпротов и слой грибов с луком, поверх них — нарезанные кружками помидоры. Залейте взбитыми яйцами, смешанными с перцем, солью, содой и сметаной. Запекайте в духовке 20–30 минут при температуре 180 °C.

Рыба с креветками, помидорами, сыром и брынзой «Ибица»

Ингредиенты:

250 г филе рыбы (любой), 250 г креветок (очищенных), 3 помидора, 2 сладких красных перца, 1 стакан сливок, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок укропа, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки сливочного масла, брынза, сыр (любой), перец, соль.

Способ приготовления:

Лук и сладкий перец мелко нарежьте. Помидоры залейте кипятком, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и тоже мелко нарежьте. Растопите сливочное масло, влейте оливковое масло и обжаривайте 3 минуты подготовленные лук и перец. Затем добавьте помидоры и потушите смесь, помешивая, еще 5 минут. Массу посолите, поперчите, влейте сливки и прогревайте полученный соус 4–5 минут.

Рыбу нарежьте кусочками, посолите и вместе с креветками выложите в форму. Влейте соус в форму, посыпьте измельченным укропом, раскрошенной брынзой и разложите нарезанный ломтиками сыр. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеканки из овощей

Картофель с помидорами, зеленым луком, сыром и брынзой «В ритме диско»

Ингредиенты:

6–7 картофелин, 500 г помидоров, 700–800 г брынзы, 150 г швейцарского сыра, 2 яйца, 200 мл жирных сливок, 1 столовая ложка сливочного масла, зеленый лук, перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель нарежьте кружками, поварите в подсоленной воде 5 минут и откиньте на дуршлаг. Помидоры нарежьте кружками, брынзу — кубиками, сыр натрите на крупной терке.

В смазанную маслом форму выложите слоями помидоры и картофель, посолив и поперчив их. Посыпьте брынзой, сыром и влейте слегка взбитые со сливками яйца. Запекайте в духовке 10–15 минут до образования золотистой корочки при температуре 225 ˚С. Готовую запеканку посыпьте нарезанным зеленым луком.

Капуста с брынзой, рисом и луком по-болгарски «Варненская»

Ингредиенты:

1 кочан капусты (небольшой), 200 г тертой брынзы, 200 г риса, 2–3 луковицы, 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 яйцо, растительное масло, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту разберите на листья, сварите в подсоленной воде до мягкости и срежьте стебли. Лук нашинкуйте и обжарьте. Затем добавьте рис и держите смесь на огне, помешивая, 1–2 минуты, пока рис не станет прозрачным. Снимите смесь с огня и добавьте в нее нарубленные яйца, брынзу и зелень петрушки. Смесь посолите и поперчите.

В смазанную маслом форму уложите слоями, чередуя, листья капусты и подготовленный рис, верхним слоем выложите капусту. Влейте в форму 400 мл горячей воды. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Смешайте взбитое яйцо с тертым сыром, выложите на капусту и продолжайте запекать до образования золотистой корочки.

Капуста с рисом, яйцами и сметаной «Иокогама»

Ингредиенты:

400–500 г капусты (брокколи, цветной, брюссельской, белоили краснокочанной), 1 стакан риса, 3 яйца, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки муки, сода на кончике ножа, растительное масло, соль.

Способ приготовления:

Рис сварите, откиньте на сито и остудите. Капусту поварите в подсоленной воде 5 минут, остудите, мелко нарубите и взбейте с 2 яйцами, сметаной, мукой и содой. Рис смешайте с 1 яйцом.

Рис выложите в смазанную маслом форму, поверх него уложите капустную массу и разровняйте ее. Запекайте в духовке 20–25 минут до образования плотного и упругого верхнего слоя при температуре 160–180 °С.

Кабачки с ликером, яйцами и миндалем «Шик, блеск, красота!»

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 2 столовые ложки анисового ликера, 4 яйца, 150 г обжаренного молотого миндаля, 170 г йогурта, 1–2 столовые ложки творога, 1 щепотка тертого мускатного ореха, растительное масло, мука, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки натрите на крупной терке и отожмите. Отделите белки от желтков. Тщательно смешайте кабачки, желтки, творог, йогурт, миндаль, ликер и мускатный орех до однородной массы.

Белки взбейте со щепоткой соли в крепкую пену. Очень осторожно выложите белки на полученную массу и слегка перемешайте. Массу аккуратно выложите в смазанную маслом и посыпанную мукой форму. Запекайте в духовке 45 минут при средней температуре. Подавайте, посыпав кунжутом.

Овощной микс с перцем чили, тмином и мятой «Латиноамерикано»

Ингредиенты:

1 баклажан, 2 сладких красных перца, 1 тыква (небольшая), 3 цукини, 1 неострый красный перец чили (крупный) или 2 щепотки молотого перца чили, 2 чайные ложки семян тмина, 2 столовой ложки нарезанной мяты, 2 столовой ложки оливкового масла, 1 чайная ложка растительного масла, настоянного на перце чили или 1 чайная ложка пастообразного соуса харисса, смешанная с 1 столовой ложкой оливкового масла, соль.

Способ приготовления:

Баклажан, сладкий перец, перец чили, тыкву и цукини мелко нарежьте, посолите, выложите в форму, полейте оливковым маслом и перемешайте. Запекайте в духовке 15 минут при температуре 190 ˚С. Затем посыпьте тмином и запекайте еще 10 минут. Готовой запеканке дайте немного остыть, посыпьте ее мятой и сбрызните подготовленным растительным маслом или хариссой.

Помидоры с хлебом, грецкими орехами и сыром «Сицилийские»

Ингредиенты 6 помидоров, 1 батон, 2–3 столовые ложки ядер грецких орехов, 400 г сыра (любого), 6 столовых ложек оливкового масла, зелень петрушки и укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Батон нарежьте ломтиками и обжарьте их с обеих сторон в 4 столовых ложках масла до образования золотистой корочки. Помидоры нарежьте ломтиками, посолите и поперчите. Сыр нарежьте ломтиками. Ядра грецких орехов крупно нарубите, зелень петрушки и укропа мелко нарежьте.

Выложите в форму слоями в виде черепицы ломтики хлеба, помидоров, сыра и сбрызните оставшимся маслом. Запекайте в духовке 10 минут при температуре 200 °С. Готовую запеканку посыпьте орехами и зеленью.

Баклажаны с помидорами, сладким перцем, луком и сыром «Босфорские»

Ингредиенты:

2–3 баклажана, 3–4 помидора, 2–3 сладких перца, 2–3 луковицы, 2–3 морковки, тертый сыр (любой), майонез, растительное масло, соль.

Способ приготовления:

Морковь натрите на крупной терке, выложите в смазанную маслом форму и посолите. Баклажаны нарежьте кружками толщиной 1 см и положите поверх моркови. На баклажаны выложите нарезанный кольцами или полукольцами сладкий перец и посолите.

Перец накройте нарезанными кружками помидорами, посолите и затем выложите нарезанный кольцами или полукольцами лук. Посыпьте тертым сыром, слегка примните его влажными руками и смажьте небольшим количеством майонеза. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Зеленая фасоль с помидорами, зеленым горошком, рисом и маком «Венецианская купчиха»

Ингредиенты:

400 г консервированной зеленой фасоли, 400 г консервированных помидоров, 200 г замороженного зеленого горошка, 250 г коричневого риса, 2 чайные ложки мака, 1 луковица, 2 чайные ложки семян горчицы, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 л овощного бульона, 4 помидора, 2 столовые ложки оливкового масла, сыр (любой мягких сортов), соль.

Способ приготовления:

Нагрейте оливковое масло и обжаривайте нашинкованный лук 5 минут до мягкости. Добавьте мак, горчицу и прогревайте смесь еще 1 минуту до потрескивания мака и горчицы. Положите рис, нарезанные консервированные помидоры, томатную пасту, влейте бульон, доведите до кипения и поварите смесь 30–40 минут. Затем добавьте горошек, фасоль, посолите и поварите смесь еще 5 минут. К этому времени почти вся жидкость должна испариться.

Полученную массу выложите в форму, разровняйте и разложите слоями нарезанные кружками 4 помидора и нарезанный тонкими пластинками сыр. Запекайте в духовке до золотистого цвета при средней температуре.

Грибы с рисом, сладким перцем, кинзой и хмели-сунели «Фастфуд по-грузински»

Ингредиенты:

400 г шампиньонов (крупных), 1/2 стакана риса, 1–2 сладких перца, кинза, хмели-сунели, соль.

Способ приготовления:

Рис сварите до готовности. Перец нарежьте кубиками, добавьте кинзу, хмели-сунели, смешайте с рисом, посолите и тщательно перемешайте. Полученной смесью наполните шляпки грибов, уложите их в разогретую форму и накройте фольгой. Запекайте в духовке 15–20 минут при температуре 180 °С.

Помидоры со сметаной, укропом и чесноком «Для красных, белых и зеленых»

Ингредиенты:

250 г творога (жирного), 6 помидоров, 150–170 г сметаны, 1/2 стакана мелко нарезанного укропа, 3 зубчика чеснока, 3 яйца, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки кетчупа, 1/2 чайной ложки сладкой или острой паприки, 1 столовая ложка манной крупы, маргарин, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры мелко нарежьте и слейте образовавшийся сок. Подготовленные помидоры смешайте с творогом, сметаной, взбитыми яйцами, мукой, кетчупом, укропом, пропущенным через пресс чесноком, паприкой, солью и перцем. Полученную массу тщательно перемешайте и выложите в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму. Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре.

Кабачки с яйцами, брынзой и миндалем «Прогрессивные»

Ингредиенты:

250 г творога (жирного), 1 кг кабачков, 4 яйца, 250 г брынзы, 1/2 стакана тонкомолотого миндаля, сливочное масло, белый перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки натрите на мелкой терке и тщательно отожмите. Брынзу раскрошите и смешайте с кабачками и творогом. Добавьте взбитые яйца, масло и миндаль. Полученную массу посолите, поперчите, тщательно перемешайте и выложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке 50 минут при средней температуре. Подавайте, охладив 20 минут.

Макаронники и лапшевники

Говядина с овощами и сыром «Третий Рим»

Ингредиенты:

400 г макарон, 450 г говяжьей вырезки, 250 г любых консервированных овощей, 5–6 консервированных помидоров (без кожицы), 1 луковица (крупная), 2 зубчика чеснока, 100 г тертого сыра (любого), 1/2 стакана молока, растительное масло, сушеный майоран, соль.

Способ приготовления:

Влейте в большую кастрюлю воду, 1 столовую ложку растительного масла, доведите до кипения и поварите макароны 10 минут. Затем откиньте их на дуршлаг, ополосните холодной водой и дайте ей стечь.

В разогретом растительном масле обжарьте до мягкости мелко нарезанный лук, затем добавьте кус очки мяса, измельченный чеснок, овощи, помидоры и майоран. Все перемешайте и потушите смесь 20–30 минут до готовности.

Выложите подготовленные макароны в кастрюлю, добавьте молоко, половину нормы сыра и прогрейте смесь несколько минут. В форму уложите тушеное мясо с овощами, затем — макароны и посыпьте их сыром. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Вареное мясо с яйцами, сметаной и маслом «Колизеум»

Ингредиенты:

250 г макарон, 400 г вареного мяса (любого), 4 яйца, 100–120 г сметаны, 80–100 г сливочного масла, 1/2 стакана молока, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо пропустите через мясорубку. Макароны мелко наломайте и поварите около 20 минут в подсоленной воде. Воду слейте, макароны заправьте частью сливочного масла. Взбейте яйца с молоком и смешайте с немного остывшими макаронами.

Половину макарон выложите в смазанную сливочным маслом форму, разровняйте, сверху положите подготовленное мясо, накройте его оставшимися макаронами, смажьте сливочным маслом и сметаной. Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре.

Фарш с вином, помидорами, беконом и душицей «Вечер пятницы»

Ингредиенты:

250 г макарон, 250 г фарша (любого), 120–130 мл сухого красного вина, 400 г помидоров, 4 ломтика бекона, 6 столовых ложек свежей или сушеной душицы, 1 баклажан, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 100 г тертого сыра пармезан, 2 стакана молока, 3–4 столовые ложки муки, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 бульонный кубик, 2 столовые ложки растительного масла, сливочное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук и чеснок нарежьте и обжаривайте 5 минут на растительном масле. Затем добавьте нарезанный бекон и подрумяньте его. Положите фарш и обжаривайте смесь до тех пор, пока фарш не потемнеет. Добавьте нарезанный кусочками баклажан, немного обжарьте, положите измельченные помидоры, раскрошенный бульонный кубик, 4 столовые ложки свежей или 3 чайные ложки сушеной душицы и влейте вино.

Доведите смесь до кипения, уменьшите огонь, посолите, поперчите и потушите под крышкой 45 минут. Растопите сливочное масло и добавьте, помешивая, муку и молоко. Полученный соус доведите до кипения, посолите и поперчите.

Макароны сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и выложите половину в смазанную маслом форму. Отложите 4 столовые ложки сыра, половиной оставшегося сыра посыпьте макароны, поверх них выложите половину фарша. В таком же порядке выложите оставшиеся макароны, фарш и влейте в форму соус. Смешайте 4 столовые ложки сыра, сухари, оставшуюся душицу и посыпьте полученной смесью верхний слой фарша. Запекайте в духовке около 30 минут при температуре 190 °С.

Говяжий фарш с овощами под соусом «Генуэзский»

Ингредиенты:

250 г макарон, 400 г говяжьего фарша, 2 баклажана, 2 сладких перца, 1 зубчик чеснока, растительное масло, тимьян, базилик, перец, соль.

Для соуса: 250 мл молока, 150 г йогурта, 50 г тертого сыра пармезан, 1 яйцо, 2 столовые ложки лимонного сока, 3 столовые ложки муки, перец, соль.

Способ приготовления:

Макароны сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Сладкий перец нарежьте соломкой, баклажаны — кружками. Фарш обжарьте, положите овощи и немного потушите смесь. Чеснок пропустите через пресс, добавьте в смесь из фарша и овощей, посолите, поперчите, смешайте с тимьяном и частью базилика.

Молоко доведите до кипения, всыпьте обжаренную без масла муку и прокипятите смесь. Затем добавьте в нее взбитое яйцо, йогурт и расплавьте две трети нормы сыра. Смесь посолите, поперчите и влейте лимонный сок. Полученный соус тщательно перемешайте.

В смазанную маслом форму выложите слоями макароны и смесь из фарша и овощей. Влейте в форму соус и посыпьте оставшимся базиликом и сыром. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 225 °C.

Фарш с овощами, сливками и сыром по-итальянски «Неаполитано»

Ингредиенты:

250 г макарон, 250 г фарша (любого), 1 луковица, 1 морковка, 1 баклажан, 2 помидора, 2 кабачка, 2 сладких перца, 250 мл сливок 10 %-ной жирности, 100 г тертого сыра (любого), 1 яйцо, оливковое масло, зелень петрушки и базилика, перец, соль.

Способ приготовления:

Макароны сварите в подсоленной воде до полуготовности, откиньте на дуршлаг, промойте холодной водой и дайте ей стечь. Измельченные овощи обжарьте на оливковом масле, смешайте с фаршем, посолите, поперчите и доведите смесь до готовности.

Взбейте яйцо со сливками, посолите и смешайте с частью нормы сыра. Полученный соус тщательно перемешайте и небольшую его часть выложите в форму. Поверх него уложите половину макарон, затем — бóльшую часть фарша с овощами, измельченную зелень, потом — оставшиеся макароны и фарш. Влейте в форму оставшийся соус, посыпьте остатком сыра и накройте форму фольгой. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Анчоусы с помидорами, цукини, базиликом и оливками «Курортные Средиземноморские»

Ингредиенты:

100 г макаронных изделий (перьев), 2 филе анчоусов, 4 помидора, 1 цукини, 1 пучок базилика, 4 маслины (без косточек), 4 оливки (без косточек), 200 г сыра моцарелла, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка каперсов, 1 столовая ложка оливкового масла, кайенский перец, соль.

Способ приготовления:

Макароны сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, промойте и дайте воде стечь. У помидоров срежьте плодоножку, удалите семена, посолите изнутри и дайте стечь соку.

Мелко нарежьте листочки базилика, чеснок, 2 маслины и 2 оливки. Цукини нарежьте соломкой, сыр — кубиками. Цукини, сыр, каперсы, чеснок, оливки, оливковое масло и щепотку кайенского перца смешайте с макаронами и тщательно перемешайте полученную массу.

Помидоры уложите в смазанную маслом форму, поверх них выложите массу и разложите половинки оставшихся маслин, оливок, нарезанное филе анчоусов и базилик. Запекайте в духовке 15–20 минут при температуре 180 °C. Подавайте с зеленым салатом.

Брокколи с помидорами, йогуртом и сыром «Выход в астрал»

Ингредиенты:

200 г макарон, 450 г замороженной брокколи, 350 г консервированных помидоров, 250 г йогурта (нежирного), 100 г сыра (любого мягких сортов), 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки хлопьев с отрубями, 1 чайная ложка измельченного базилика, растительное масло, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Макароны сварите до полуготовности в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и держите в теплом месте. Брокколи сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Помидоры, мелко нарезанный лук и чеснок посыпьте частью приправ и потушите до размягчения лука.

В смазанную маслом форму уложите слоями овощи и макароны: слой помидорной смеси, затем слой макарон, затем — брокколи, снова слой помидорной смеси и т. д. Верхний слой залейте йогуртом, взбитым с сыром и оставшимися приправами. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 200 °С. Готовую запеканку посыпьте хлопьями и измельченной зеленью петрушки.

Сладкий перец с луком-шалотом, цукини и томатной пастой «Колыбель Афродиты»

Ингредиенты:

200 г макаронных изделий (в форме крупных ракушек), 1 сладкий красный перец, 1 сладкий желтый перец, 1 баклажан (крупный), 2 головки лука-шалота, 2 цукини (крупных), 500 г томатной пасты, 2 красные луковицы, 1 зубчик чеснока, 1–2 столовые ложки тертого сыра пармезан, 2–3 столовые ложки кедровых орешков, 4 столовые ложки оливкового масла, 1/2 столовые ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Макароны сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, промойте холодной водой и дайте ей стечь. Нарежьте баклажан, кабачки, перец, красный лук, положите в форму, сбрызните 3 столовыми ложками оливкового масла и запекайте в духовке 15–20 минут до мягкости. Подготовленные овощи посолите и начините ими ракушки.

В оставшемся масле обжарьте лук-шалот, чеснок, влейте томатный соус, добавьте сахар, соль и потушите смесь 5 минут. Полученный соус влейте в форму, разложите в нем ракушки с начинкой, посыпьте тертым сыром и орешками. Запекайте в духовке около 10 минут при температуре 200 °C.

Мясо с шампиньонами, копченым салом и помидорами «Сытый голодному не товарищ»

Ингредиенты:

250 г фигурной лапши, 250 г рубленого мяса (любого), 150 г шампиньонов, 80–100 г копченого сала, 400 г консервированных помидоров, 2 луковицы, 100 г сыра (любого), 120–130 мл бульона, 2 столовые ложки томатной пасты, растительное масло, майоран, перец, соль.

Способ приготовления:

Лапшу сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, промойте и дайте воде стечь. Лук мелко нарежьте, сало нарежьте кубиками, грибы — тонкими пластинками. С помидоров слейте жидкость.

Растопите сало в растительном масле и обжарьте рубленое мясо. Затем добавьте лук, грибы и потушите смесь 3 минуты. Положите очищенные помидоры и потушите смесь еще 5 минут. Влейте бульон и уварите его до половины. Помешивая, добавьте томатную пасту, приправьте смесь перцем и майораном.

В смазанную маслом форму выложите слоями лапшу, смесь из грибов и помидоров и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Грибы с цукини, помидорами и прованскими травами «По-марсельски»

Ингредиенты:

250 г макарон, 600 г вешенок, 1 цукини, 4 помидора, 1 луковица, 1/2 пучка петрушки, 50 г сыра (любого мягких сортов), 4 яйца, 400 мл молока, 1 столовая ложка смеси прованских трав, 4–5 столовых ложек оливкового масла, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Макароны сварите в подсоленной воде с добавлением 1–2 столовых ложек растительного масла, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Грибы нарежьте кусочками, лук — кубиками, цукини и помидоры — ломтиками. Петрушку мелко нарубите.

Грибы обжарьте небольшими порциями на оливковом масле и выложите в другую посуду. На сковороде, где жарились грибы, спассеруйте лук. Помешивая, введите молоко и сыр, затем — взбитые яйца. Посыпьте смесь петрушкой, прованскими травами, солью и перцем. Полученный соус тщательно перемешайте.

В смазанную маслом форму выложите макароны, поверх них уложите грибы, овощи и влейте соус. Запекайте в духовке 40 минут при температуре 200 ˚С.

Сырокопченая ветчина с помидорами, оливками и перцем чили «Ча-ча-ча»

Ингредиенты:

250 г лапши, 200 г сырокопченой ветчины, 500 г помидоров, 100 г оливок (без косточек), 3 стручка перца чили, 200 мл мясного бульона, 150 мл сливок, 150 мл молока, 50 г тертого сыра эмменталь, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки муки, 1 пучок зеленого лука, 6 столовых ложек оливкового масла, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Лапшу сварите в подсоленной воде до полуготовности, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Перец чили нарежьте кольцами. Лук нарубите, чеснок нарежьте соломкой и потушите в оливковом масле. Затем всыпьте муку, влейте бульон, сливки, молоко, посолите и поперчите смесь.

Помидоры ошпарьте, снимите с них кожицу и нарежьте мякоть кубиками. Оливки разрежьте на 4 части, сыр натрите на крупной терке. Смешайте лапшу, перец чили, оливки, помидоры, ветчину и 2 столовые ложки сыра. Полученную массу выложите в смазанную растительным маслом форму, влейте соус и посыпьте сыром. Запекайте в духовке 40 минут при температуре 200 ˚С. Готовую запеканку посыпьте нарезанным зеленым луком.

Окорок с помидорами, творогом и сливками «Старосветский»

Ингредиенты:

200 г разноцветной лапши, 250 г вареного окорока, 7–8 помидоров, 400 г творога, 200 мл сливок, 3 яйца, 1 пучок шнитт-лука, 1/2 пучка петрушки, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Лапшу поварите около 8 минут в подсоленной воде, помешивая, откиньте на дуршлаг, промойте холодной водой и дайте ей стечь. Помидоры ошпарьте, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, семян и нарежьте кружками. Окорок нарежьте кубиками. Яйца взбейте со сливками, посолите и поперчите. Петрушку измельчите.

В смазанную маслом форму положите слой помидоров, посыпьте их солью, перцем, частью измельченного шнитт-лука и петрушки. Поверх помидоров выложите половину нормы окорока. Лапшу, оставшиеся помидоры и окорок положите в один слой, посыпьте оставшимися шнитт-луком и петрушкой и залейте взбитыми со сливками яйцами. Запекайте в духовке около 40 минут при температуре 200 °С. За 10 минут до конца приготовления выложите поверх запеканки творог.

Курица с капустой, горчицей, сметаной и сыром «Танцуют все!»

Ингредиенты:

400 г яичной лапши, 250 г куриных грудок (без костей и кожи), 2 стакана нашинкованной капусты, 1 столовая ложка горчицы, 1 стакан сметаны, 2 стакана тертого сыра (любого), 1 луковица, 1 стакан куриного бульона, 3 столовые ложки муки, 2 столовые ложки оливкового масла, 3 столовые ложки сливочного масла, 1/2 чайной ложки перца, соль.

Способ приготовления:

Куриную грудку нарежьте кубиками. Лук крупно нарежьте, капусту нашинкуйте. Лук обжаривайте 3–4 минуты на сковороде, предназначенной для духовки, в 1 столовой ложке оливкового масла до золотистого цвета. Влейте еще 1 столовую ложку масла, добавьте куриную грудку и обжарьте смесь в кипящем масле 2–3 минуты почти до готовности, пока мясо не станет белым.

Затем добавьте к смеси капусту и обжарьте все, часто помешивая, около 4 минут, пока капуста не станет мягкой. Содержимое сковороды выложите в другую посуду и сохраните в тепле. Лапшу сварите в подсоленной воде до готовности и откиньте на дуршлаг.

На сковороде, где жарились мясо и капуста, растопите сливочное масло, всыпьте муку и, тщательно помешивая, обжаривайте ее около 1 минуты. Добавьте куриный бульон, сметану, горчицу и перец. Непрерывно помешивая, доведите смесь до легкого загустения.

Затем снимите сковороду с огня и положите в нее лапшу, курятину с капустой и две трети нормы сыра. Полученную массу тщательно перемешайте и посыпьте оставшимся сыром. Запекайте в разогретой духовке 3–5 минут на среднем по высоте уровне, пока сыр не расплавится и не подрумянится.

Копченая индейка с сыром, квашеной капустой и зеленым луком «Буги-вуги»

Ингредиенты:

250 г лапши, 400 г копченой грудки индейки, 200 г тертого сыра (любого), 500 г квашеной капусты с добавлением вина, 1 пучок зеленого лука, 1–2 помидора, 120–130 мл сливок, 1 столовая ложка рубленого майорана, 1 столовая ложка топленого масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Лапшу сварите в подсоленной воде до полуготовности, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Индейку нарежьте кубиками, лук — тонкими кольцами. Потушите лук в топленом масле, добавьте квашеную капусту и потушите смесь около 5 минут.

Помидоры разрежьте на 4 части, осторожно перемешайте с квашеной капустой, посолите и поперчите смесь. Выложите в форму квашеную капусту с помидорами, лапшу, грудку индейки и посыпьте сыром. Смешайте майоран, сливки и влейте полученную смесь в форму. Запекайте в духовке около 30 минут при температуре 200 °C.

Капуста с брынзой, яйцами и молоком «Капитанская»

Ингредиенты:

150 г лапши, 1 кг капусты, 100 г брынзы, 3 яйца, 300 мл молока, 4 столовые ложки сливочного маргарина, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту нашинкуйте, перетрите с солью и немного обжарьте. Лапшу сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Подготовленную капусту смешайте с тертой брынзой, посолите, если надо, и поперчите. Полученную массу выложите в смазанную маслом форму и влейте молоко, смешанное с взбитыми яйцами. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Помидоры с луком и сыром «Эй, на камбузе!»

Ингредиенты:

300 г яичной лапши, 400 г консервированных помидоров в собственном соку, 2 луковицы, 100 г тертого сыра эдамер, 2 яйца, 3 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Лапшу сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и заправьте сливочным маслом. Лук нарежьте полукольцами и обжарьте с нарезанными помидорами на растительном масле.

Яйца взбейте со сливками и смешайте с лапшой.

В смазанную растительным маслом и посыпанную сухарями форму выложите половину лапши, посыпьте ее половиной нормы тертого сыра, поверх него разложите помидоры с луком и накройте их оставшейся лапшой. Запекайте в духовке 10 минут при температуре 200 °С. Затем посыпьте оставшимся сыром и запекайте еще 5 минут.

Помидоры с цукини, баклажанами и мускатным орехом «Европейские»

Ингредиенты:

200 г лапши (вермишели), 4 помидора, 250 г цукини, 250 г баклажанов, 4 столовые ложки тертого мускатного ореха, 270–280 мл молока, 200 г сливочного плавленого сыра, 4 столовые ложки тертого сыра пармезан, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка маргарина, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Лапшу сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, промойте и дайте воде стечь. Помидоры, цукини и баклажаны нарежьте тонкими ломтиками. Цукини и баклажаны поварите 2 минуты в подсоленной воде, выложите их на дуршлаг, промойте холодной водой и дайте ей стечь.

Маргарин растопите, перемешайте с мукой и прогревайте 30 секунд. Затем влейте молоко, положите плавленый сыр и, помешивая, продолжайте нагревать смесь до расплавления сыра. Затем заправьте смесь солью, перцем и мускатным орехом. Полученный соус тщательно перемешайте.

В смазанную маслом форму уложите слоями лапшу, помидоры и бланшированные овощи. Выложите в форму соус и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности при температуре 200 °C.

Баклажаны с помидорами, чесноком, сыром и базиликом «Брокерские»

Ингредиенты:

200 г лапши (вермишели), 900 г баклажанов, 400–500 г помидоров черри, 4 зубчика чеснока, 1/2 стакана измельченной зелени базилика, 1 стакан тертого сыра пармезан, 3 столовые ложки оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны очистите от кожуры и нарежьте небольшими кубиками. Помидоры разрежьте пополам, смешайте с баклажанами, пропущенным через пресс чесноком, смесь посолите, поперчите и заправьте маслом. Полученную массу выложите в смазанную маслом форму и слегка сбрызните маслом. Запекайте в духовке 25 минут при температуре 200 °С.

Лапшу сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, смешайте с 1 столовой ложкой масла, запеченным и овощами и базиликом. Подготовленные продукты посыпьте сыром и запекайте еще несколько минут.

Вторые блюда

Фаршированный кабачок (1-й способ)

Ингредиенты:

1 кабачок (среднего размера), 300 г мясного фарша (любого), 1 луковица, 1 морковка, 2 помидора (можно заменить стаканом томатного сока), 1 яйцо, 1/2 стакана сметаны, 1/2 стакана риса, 1 пучок петрушки, 2–3 веточки укропа, топленое сало (для жаренья), соль.

Способ приготовления:

Рис перебрать, промыть и, залив горячей водой, прокипятить около 5 минут. Откинув на дуршлаг, промыть холодной водой. Зелень вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, нарезать и обжарить в сале до золотистого цвета. В мясной фарш добавить недоваренный рис, лук и половину зелени, посолить, тщательно перемешать.

Морковь вымыть, нарезать соломкой или натереть на крупной терке. Потушить около 10 минут, влив 1/2 стакана воды. В конце тушения добавить мелко нарезанные помидоры или томатный сок, посолить. Затем влить сметану и потушить еще несколько минут.

Кабачок вымыть, очистить, разрезать вдоль и удалить семена. Начинить одну половинку мясным фаршем, выложив его с горкой. Накрыть другой половинкой, проследив, чтобы фарш полностью заполнил кабачок, но не был виден.

Выложить фаршированный овощ в удлиненную жаровню, залить морковно-томатной заправкой и тушить в духовке примерно 40 минут.

Это блюдо не требует никаких дополнений, но к столу его нужно подавать обязательно горячим, разделив на половинки и посыпав каждую зеленью.

Фаршированный кабачок (2-й способ)

Ингредиенты:

1 кабачок (среднего размера), 300 г мясного фарша (любого), 2 луковицы, 2 морковки, 2 помидора (можно заменить стаканом томатного сока), 1 яйцо, 1/2 стакана сметаны, 1/2 стакана риса, 1 пучок петрушки, 2–3 веточки укропа, топленое сало (для жаренья), соль.

Способ приготовления:

Рис перебрать, промыть и, залив горячей водой, прокипятить не более 5 минут. Откинув на дуршлаг, промыть холодной водой. Зелень вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, нарезать и обжарить в сале до золотистого цвета. В мясной фарш добавить недоваренный рис, лук и половину зелени, посолить, перемешать.

Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Кабачок вымыть, очистить, разрезать поперек широкими кругами, удалить семена. В середину каждого круга положить фарш.

На дно широкой жаровни выложить морковь, а сверху, очень аккуратно — нафаршированные мясом круги кабачка. Залить все подсоленной смесью из сметаны и помидоров, протертых через дуршлаг, которые в этом случае лучше заменить томатным соком. Тушить в духовке около 30 минут. Это блюдо, как и предыдущее, не требует дополнений и к столу его точно также нужно подавать горячим, посыпав зеленью.

Голубцы простые

Ингредиенты:

3 кг белокочанной капусты, 1 кг говядины, 3 луковицы, 1 яблоко (лучше кислое), 2 столовые ложки томатной пасты, 1 морковка (большая), 1 яйцо, 1 стакан риса, 250 г сливочного маргарина, 1 стакан сметаны, черный молотый перец на кончике ножа, 1 чайная ложка сахара, 5–6 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 1 пучок петрушки, любой жир для жаренья, соль.

Способ приготовления:

Мясо промыть и пропустить через мясорубку с одной предварительно очищенной луковицей. Фарш поперчить и посолить. Капусту разрезать на крупные части, удалив кочерыжку, и распарить в кипящей подсоленной воде.

Остудив, отделить листья, отрезая их осторожно, каждый отдельно, помня о том, что голубцы должны быть примерно одного размера и не слишком большие.

Яблоко вымыть, очистить и натереть на мелкой терке. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке и обжарить в жире.

Оставшиеся луковицы очистить, одну пока отложить в сторону, а вторую мелко нарезать и тоже обжарить. Рис промыть, недолго варить в небольшом количестве воды, откинуть на дуршлаг и промыть под струей холодной воды. Добавить к мясному фаршу морковь, лук и недоваренный рис, посолить, положить сахар, натертое яблоко, яйцо. Все тщательно перемешать.

Разложить листья капусты на столе — фарш нужно выкладывать сразу на все листья, чтобы распределить равномерно, без остатка. Завернуть голубцы можно в виде кулька, но лучше конвертиком. Нарезать последнюю луковицу кольцами, уложить часть их тонким слоем на дно жаровни, сверху (в 2 слоя) — голубцы, потом опять кольца лука и вновь голубцы. На каждый слой лука необходимо выкладывать несколько довольно больших кус ков маргарина.

Когда жаровня заполнится почти до верха, влить кипяченую и подсоленную смесь из сметаны, 1/2 стакана воды и томатной пасты. Добавить лавровый лист и горошины перца. Тушить голубцы в духовке (не слишком горячей) около 1 часа. Подавать в порционных тарелках, посыпав мелко нарезанной зеленью.

Пелюстки

Ингредиенты:

1 кг белокочанной капусты, по 200 г говядины и свинины (вырезка), 2 луковицы, 1 морковка, 3 помидора (небольших), 1 стакан риса, 1 стакан сметаны (можно заменить майонезом), 1 пучок зелени (любой), любой жир для жаренья, сливочное масло (для смазывания кастрюли), черный перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо (и свинину, и говядину) промыть, нарезать кусками и пропустить через мясорубку с предварительно очищенной луковицей. Капусту нарезать не очень тонкой соломкой. Вымытую и очищенную морковь натереть на мелкой терке и немного обжарить в жире. Вторую луковицу очистить, мелко нарезать и обжарить до золотистого цвета. Рис промыть, распарить в течение 5 минут в небольшом количестве кипящей воды, откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой. Смешать мясной фарш с жареным луком, морковью, вымытой и мелко нарезанной зеленью, перцем и солью. Помидоры натереть на терке или пропустить через мясорубку, не забыв немного посолить.

Для приготовления этого блюда понадобится широкая толстостенная кастрюля. Смазав ее дно сливочным маслом, выкладывать слоями капусту и фарш. Важно, чтобы капуста лежала толстым слоем, а фарш — тонким, причем слой капусты должен быть последним и сверху, и снизу. Полить смесью из перетертых помидоров и сметаны (майонеза). Зеленью можно посыпать как перед тепловой обработкой, так и после нее. Тушить пелюстки на открытом огне или в духовке, которую не нужно разогревать слишком сильно. К столу их подавать горячими, разрезав на порции, как торт.

Квашеная капуста с пшеном

Ингредиенты:

300 г квашеной капусты, 1 стакан пшена (неполный), 2 луковицы, 2 столовые ложки смальца, 3 столовые ложки растительного масла.

Способ приготовления:

Пшено перебрать и промыть. Капусту тушить около 30 минут. Пока она тушится, очистить, мелко нарезать и обжарить в смальце лук. Переложить капусту в кастрюлю, сверху слоями выложить пшено и лук. Залить все 2 стаканами горячей воды, добавить растительное масло и поставить на слабый огонь. Варить, не перемешивая, 20–25 минут. Готовую массу перемешать и, накрыв полотенцем, поставить в теплое место на 30 минут. К столу это блюдо подавать горячим.

Блины из капусты

Ингредиенты:

1 небольшой вилок свежей капусты (примерно 1 кг), 2 столовые ложки сливочного масла, 1 стакан муки, 1 яйцо, соль.

Способ приготовления:

Яйцо взбить (белок и желток отдельно). Капусту целиком распарить в кипящей воде. Затем, не разрезая, отделить листы, посолить каждый и свернуть в трубочку. Обмакнув ее сначала во взбитое яйцо, а потом в муку, обжарить в сливочном масле под крышкой. Это легкое блюдо можно использовать как самостоятельное, так и в качестве гарнира к пище более тяжелой, например мясу.

Капуста со свиными ребрышками

Ингредиенты:

1 кг квашеной капусты, 500 г свиных ребрышек, 2 луковицы, 1 морковка, 1 яблоко, 1 чайная ложка муки, 1 лавровый лист, растительное масло (для жаренья), специи (любые), соль.

Способ приготовления:

Капусту обжарить в растительном масле — обязательно под крышкой, небольшими порциями. Тепловая обработка займет время, которое можно использовать для подготовки остальных продуктов. Свиные ребрышки промыть и разрубить на одинаковые части, а затем обжарить в растительном масле. Лук очистить, мелко нарезать и разделить на 2 части: одну обжарить, а другую пока отложить. Вымытую и очищенную морковь натереть на крупной терке и обжарить в небольшом количестве растительного масла. Яблоко вымыть, очистить и нарезать.

В толстостенную кастрюлю, но лучше в чугунок, соблюдая последовательность, выложить ребрышки, а также предварительно смешанные капусту, морковь, муку, кусочки яблока, жареный и сырой лук. Все немного посолить, если хочется поперчить, добавить лавровый лист и поставить в духовку на 30 минут.

Кабачки с огурцами

Ингредиенты:

500 г кабачков, 4 огурца, 3 зубчика чеснока, 4 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, очистить, нарезать небольшими ломтиками. Чеснок очистить и растолочь. Кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками, посолить, выложить в сковороду, добавить растительное масло, влить немного воды, тушить до готовности, затем остудить. Зелень петрушки вымыть. Кабачки смешать с огурцами и чесноком, выложить в широкую тарелку, полить майонезом. Подавая к столу, украсить веточками петрушки.

Кабачки с мясом

Ингредиенты:

500 г кабачков, 200 г говядины, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кубиками. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Кабачки, мясо и лук выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, перец, жарить на среднем огне до готовности, затем посыпать зеленью петрушки.

Кабачки с мясом и грибами

Ингредиенты:

500 г кабачков, 200 г говядины, 200 г маринованных грибов (любых), 1 луковица, 5 столовых ложек растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кубиками. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Если грибы крупные, то нарезать, если мелкие — использовать целиком. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Кабачки, мясо, грибы и лук выложить в сковороду, добавить растительное масло, соль, перец, влить немного воды и тушить на слабом огне до готовности.

Запеканка из кабачков

Ингредиенты:

500 г кабачков, 3 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, 20 г сливочного масла, 50 г сыра (любого), 4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружками. Сыр натереть на крупной терке. Яйца взбить. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Кружки кабачков обжарить с обеих сторон в растительном масле, затем выложить в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями форму, посолить, поперчить, залить взбитыми яйцами, посыпать сыром и поставить в сильно разогретую духовку на 5–7 минут. Запеканку выложить в блюдо, разрезать на порционные куски, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Кабачковая кашка

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 2 луковицы, 2–3 свежих помидора, 0,3 стакана растительного масла, зелень (любая), специи (любые).

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать, пропустить через мясорубку. Помидоры вымыть, лук очистить и, мелко нарезав, обжарить. Кабачковую массу соединить с обжаренным луком и нарезанными помидорами, влить растительное масло. Поставить на слабый огонь и тушить около 30 минут. За 10 минут до готовности посолить, добавить специи. Перед подачей к столу посыпать зеленью.

Запеченная телятина с баклажанами, сладким перцем, сельдереем, сметаной, петрушкой, розмарином и укропом «От шеф-повара ресторана в Варне»

Ингредиенты:

700 г телятины, 5 баклажанов, 5 сладких перцев, 1 горький перец, 1 корень сельдерея, 2 зубчика чеснока, 150 г сметаны, 1–2 лавровых листа, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, 1 чайная ложка измельченного розмарина, 2 чайные ложки винного уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, 1/2 пучка укропа, 6 столовых ложек растительного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны нарежьте кружками, посолите и положите на 1 час под пресс. Спустя это время слейте образовавшуюся жидкость, обжарьте баклажаны в 3 столовых ложках растительного масла и охладите.

У сладкого перца удалите плодоножки, семена, мякоть пропустите через мясорубку. Добавьте измельченный горький перец, соль, уксус и сахар. Баклажаны смешайте с подготовленным сладким перцем и 2 столовыми ложками измельченной зелени укропа и петрушки. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Мясо куском обжарьте в 2 столовых ложках растительного масла со всех сторон до образования золотистой корочки и охладите. Затем сделайте в нем глубокий надрез, наполните начинкой и уложите в смазанную оставшимся растительным маслом форму. Посыпьте измельченным корнем сельдерея, толченым чесноком, розмарином, добавьте лавровый лист, посолите, поперчите и залейте сметаной.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, нарезав порционными кусками и посыпав измельченной зеленью оставшегося укропа.

Запеченная свинина с репой, морковью, помидорами, кукурузой, чесноком, розмарином, базиликом и тимьяном «Кирилловская»

Ингредиенты:

800 г свинины, 2 репы, 3 морковки, 2 помидора, 100 г консервированной кукурузы, 1 лимон, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка уксуса, 1 чайная ложка розмарина, 1/2 чайной ложки тимьяна, 1/2 чайной ложки измельченного лаврового листа, 1/2 пучка базилика, 4 столовые ложки растительного масла, сахар, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо слегка отбейте с двух сторон, сделайте глубокий надрез, натрите внутри и снаружи смесью из соли, перца, розмарина, тимьяна и лаврового листа. Затем полейте свежевыжатым лимонным соком, посыпьте толченым чесноком и поместите на 20–30 минут в прохладное место.

Морковь и репу натрите на средней терке, посолите и заправьте 2 столовыми ложками растительного масла, смешанного с уксусом и сахаром. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Маринованное мясо наполните начинкой, обжарьте в оставшемся растительном масле до образования золотистой корочки и заверните в фольгу. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, нарезав порционными кусками, украсив кружками помидоров, посыпав кукурузой и измельченным базиликом.

Тушеная свинина с капустой, редькой, морковью, сельдереем, майораном, петрушкой и розмарином «Демидовская»

Ингредиенты:

800 г свинины, 500 г капусты, 2 редьки, 1 морковка, 1 корень сельдерея, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 100 г консервированного зеленого горошка, 1 лимон, 3–4 столовые ложки панировочных сухарей, 1–2 лавровых листа, 1 чайная ложка розмарина, 1 чайная ложка майорана, 1/2 пучка петрушки, 6 столовых ложек растительного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту, редьку, 1 луковицу нашинкуйте тонкой соломкой, тщательно перетрите, заправьте 2 столовыми ложками растительного масла, солью и перцем. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Морковь и корень сельдерея натрите на средней терке, оставшийся лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите. Обжарьте все в 2 столовых ложках растительного масла до золотистого цвета.

Мясо слегка отбейте с двух сторон, сделайте глубокий надрез, наполните начинкой и скрепите края надреза деревянными шпажками. Обваляйте в смеси из панировочных сухарей, соли, перца, розмарина, майорана и обжарьте в оставшемся масле.

Затем влейте немного воды, добавьте обжаренные овощи, лавровый лист, посолите и потушите до готовности. Подавайте, нарезав порционными кусками, украсив зеленым горошком, ломтиками лимона и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Тушеная свинина с грибами, помидорами, чесноком, имбирем, зеленым луком и петрушкой «Морозовская»

Ингредиенты:

600 г свинины, 100 г сушеных белых грибов, 100 г маринованных грибов (любых), 1 помидор, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 100 г панировочных сухарей, 2 яйца, 2 столовые ложки томатной пасты, 1–2 лавровых листа, 1 чайная ложка уксуса, 1/2 пучка зеленого лука, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка зеленого салата, 4 столовые ложки растительного масла, молотый имбирь, перец, соль.

Способ приготовления:

Сушеные грибы сварите до готовности, охладите и пропустите через мясорубку. Маринованные грибы мелко нарубите. Нарезанный репчатый лук обжарьте в 1 столовой ложке растительного масла, добавьте все грибы и потушите 10–15 минут.

Грибную массу заправьте 3 зубчиками толченого чеснока, уксусом, перцем, солью и мелко нарезанным зеленым луком. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Свинину разрежьте на 2 части, в каждой части сделайте глубокий надрез, наполните начинкой и скрепите края надрезов деревянными шпажками. Куски фаршированного мяса обмакните во взбитых яйцах, обваляйте в панировочных в сухарях и обжарьте на оставшемся растительном масле до золотистого цвета.

Затем влейте немного воды, добавьте томатную пасту, лавровый лист, имбирь, посолите, поперчите и потушите до готовности. Подавайте, уложив на листья зеленого салата, украсив кружками помидора, посыпав оставшимся толченым чесноком и измельченной зеленью петрушки.

Яйца с копченым мясом, треской, помидорами, розмарином, майораном, базиликом и петрушкой «Петелинские»

Ингредиенты:

8–10 яиц (сваренных вкрутую), 100 г копченого мяса, 200 г вареного филе трески, 1 помидор, 1 огурец, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 веточка розмарина, 1 веточка майорана, 1/2 пучка базилика, 1/2 пучка петрушки, 2 столовые ложки оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Яйца разрежьте вдоль пополам, извлеките желтки и разотрите их. Рыбное филе полейте лимонным соком, посыпьте измельченным розмарином, майораном и поместите на 30–40 минут в холодильник. Спустя это время филе мелко нарежьте.

Мясо, лук, чеснок измельчите и обжарьте на оливковом масле до золотистого цвета. Затем добавьте измельченную зелень петрушки, панировочные сухари, посолите, поперчите и обжарьте все еще в течение 2–3 минут. Массу охладите и смешайте с мелко нарезанным филе и растертыми желтками.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные яйца. Подавайте, украсив кружками помидора, огурца и листочками базилика.

Запеченная свиная грудинка с квашеной капустой, яблоками, луком и петрушкой «По-урюпински»

Ингредиенты:

1 кг свиной грудинки, 100 г квашеной капусты, 4 яблока, 1 луковица, 1/2 пучка петрушки, 100 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Яблоки очистите от сердцевины и мелко нарежьте. Капусту отожмите, смешайте с яблоками и размягченным сливочным маслом. Полученную начинку тщательно перемешайте.

В свиной грудинке разрубите кости, сделайте глубокий надрез, натрите внутри и снаружи солью, перцем и наполните начинкой. Уложите в форму и влейте немного воды.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре, поливая выделяющимся соком и жиром. За несколько минут до готовности посыпьте луком, нарезанным кольцами. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Помидоры с вареным мясом, картофелем, горчицей, укропом, каперсами и кукурузным маслом «По-марокканski»

Ингредиенты:

6–8 помидоров, 300 г вареного мяса (любого), 5 картофелин, 1 луковица, 3 яйца (сваренных вкрутую), 2 чайные ложки каперсов, 100 г майонеза, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1/2 чайной ложки порошка горчицы, 1 пучок укропа, 1/2 пучка зеленого салата, 100 мл кукурузного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Мясо нарежьте мелкими кубиками. Картофель сварите в мундире, охладите, очистите от кожицы и нарежьте маленькими кубиками. Смешайте все подготовленные продукты и добавьте измельченную мякоть помидоров. Все посолите, поперчите и тщательно перемешайте.

Желтки натрите на мелкой терке, лук и половину нормы укропа мелко нарубите и все смешайте. Добавьте порошок горчицы, соль и каперсы. Все тщательно перемешайте, заправьте кукурузным маслом, уксусом и смешайте с мясом и картофелем.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, уложив на листья зеленого салата, полив майонезом, украсив мелко нарубленными белками яиц и оставшимся нарезанным укропом.

Тушеный перец с вареной говядиной, капустой, морковью, помидорами, яйцами, укропом и петрушкой «Ставропольский»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 300 г вареной говядины, 200 г капусты, 2 морковки, 1 огурец, 1 помидор, 1 луковица, 2 яйца (сваренных вкрутую), 100 г тертого сыра (любого), 100 г томатного соуса, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Говядину пропустите через мясорубку, яйца измельчите, капусту тонко нашинкуйте. Одну штуку моркови и огурец натрите на средней терке. Смешайте все подготовленные продукты, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец. Лук нашинкуйте, оставшуюся морковь натрите на мелкой терке, обжарьте на сливочном масле, добавьте 2–3 столовые ложки томатного соуса и потушите все еще 3–4 минуты.

Поверх лука и моркови уложите фаршированный перец, влейте немного воды и потушите до готовности. Подавайте, посыпав тертым сыром, измельченной зеленью петрушки, укропа и полив томатным соусом.

Тушеный перец со свининой, стручковой фасолью, зеленым горошком, морковью, свеклой и петрушкой «Майкопский»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 300 г свинины, 300 г стручковой фасоли, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 морковки, 1 картофелина, 1 свекла, 1 луковица, 1 соленый огурец, 100 г майонеза, 1 лавровый лист, 1/2 пучка петрушки, 4–5 столовых ложек растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Мясо пропустите через мясо рубку. Стручковую фасоль сварите в подсоленной воде, охладите и мелко нарежьте.

Картофель, 1 морковку и огурец натрите на средней терке. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте зеленый горошек, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте, наполните ею подготовленный перец и обжарьте его в 1 столовой ложке растительного масла.

Свеклу и оставшуюся морковь натрите на средней терке, лук нарежьте полукольцами. Обжарьте все на оставшемся растительном масле, поверх уложите обжаренный фаршированный перец, положите лавровый лист, влейте немного воды и потушите до готовности. Подавайте с тушеными овощами, полив майонезом и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Тушеный перец с фаршем, белой фасолью, яблоками, репой, морковью, чесноком, петрушкой и сыром «Богучарский»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 200 г мясного фарша (любого), 200 г белой фасоли, 100 г тертого сыра (любого), 1 яблоко, 1 репка, 1 морковка, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 5–6 стрелок чеснока, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 чайная ложка лимонного сока, 1–2 лавровых листа, 1/2 пучка петрушки, 3 столовые ложки оливкового масла, молотый красный перец, черный перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Замоченную на ночь фасоль сварите в подсоленной воде и охладите. Одну луковицу мелко нарежьте, яблоко очистите от сердцевины, натрите на средней терке и сбрызните лимонным соком.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте мясной фарш, тертый сыр, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец. Репу и морковь натрите на средней терке и обжарьте на оливковом масле до золотистого цвета.

Затем добавьте оставшийся измельченный лук, чеснок (мелко нарезанные зубчик и стрелки), посолите, поперчите и потушите все 2–3 минуты. Поверх уложите фаршированный перец, влейте немного воды, добавьте томатную пасту, лавровый лист и потушите все до готовности. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Запеченный перец с фаршем, грецкими орехами, зеленым горошком, морковью, сыром и зернами граната «По-загребски»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 300 г мясного фарша (любого), 100 г измельченных грецких орехов, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 картофелины, 2 морковки, 1 гранат, 100 г тертого сыра (любого), 2 столовые ложки майонеза, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Картофель и морковь натрите на крупной терке. Смешайте мясной фарш, грецкие орехи, зеленый горошек, картофель, морковь, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец. Уложите его в форму и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 15–20 минут при средней температуре. Подавайте, украсив зернами граната и веточками петрушки.

Тушеный перец с вареным мясом, окороком, языком, помидорами, свеклой, солеными огурцами и сыром «Ассортиментный»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 200 г вареного мяса (любого), 100 г окорока, 100 г вареного языка, 1 помидор, 1 огурец, 1 морковка, 1 картофелина (вареная), 1 свекла (вареная), 1 соленый огурец, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 100 г тертого сыра (любого), 100 мл мясного бульона, 1–2 лавровых листа, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Вареное мясо, окорок и язык пропустите через мясорубку. Картофель, свеклу и соленый огурец очистите от кожицы и натрите на средней терке.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте измельченную зелень петрушки, посолите, поперчите и заправьте майонезом. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец.

Морковь и лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Добавьте лавровый лист, толченый чеснок, томатную пасту, посолите, поперчите и обжарьте все еще в течение 2–3 минут.

Поверх уложите фаршированный перец, влейте горячий бульон и потушите все до готовности. Подавайте, посыпав тертым сыром, измельченной зеленью петрушки и украсив кружками помидора и огурца.

Запеченные кабачки со свининой, вешенками, сладким перцем, зеленым горошком, петрушкой, кинзой и кресс-салатом «Никольские»

Ингредиенты:

3–4 кабачка (молодых), 300 г свинины (вареной), 100 г вешенок, 1 сладкий перец, 1 морковка, 1 луковица, 3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка кинзы, 1/2 пучка кресс-салата, 4 столовые ложки растительного масла, тмин, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки разрежьте вдоль пополам и удалите семена. Морковь нарежьте кружками, яйца измельчите. Вешенки нарежьте ломтиками. Лук и сладкий перец нарежьте кольцами, все смешайте с грибами, посолите и обжарьте в течение 10 минут в 3 столовых ложках растительного масла. Затем влейте немного воды, добавьте тмин и потушите полученную массу до готовности.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, смешайте с массой, положите зеленый горошек, измельченную зелень петрушки, кинзы, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные кабачки. Уложите в смазанную оставшимся растительным маслом форму, поперчите, полейте майонезом и влейте немного воды. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав кресс-салатом.

Запеченные кабачки с фаршем-ассорти, рисом, сметаной, чесноком, сельдереем и петрушкой «Васильевские»

Ингредиенты:

3 кабачка (молодых), 200 г свиного и говяжьего фарша, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 стакан вареного риса, 200 г сметаны, 100 г панировочных сухарей, 1 пучок сельдерея, 1/2 пучка петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук измельчите и обжарьте в 1 столовой ложке растительного масла. Фарш смешайте с рисом, обжаренным луком, измельченной зеленью сельдерея, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 6–7 см, удалите семена и поварите 3–4 минуты в подсоленной воде. Подготовленные кабачки наполните начинкой. Уложите в смазанную оставшимся растительным маслом, посыпанную панировочными сухарями форму и накройте ее фольгой.

Запекайте в духовке 20 минут при средней температуре. Подавайте, полив сметаной, смешанной с толченым чесноком, и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Тушеные огурцы с фаршем, сладким перцем, морковью, яблоками, зеленым горошком, петрушкой и карри «Новомосковские»

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 300 г мясного фарша (любого), 2 сладких перца, 1 морковка, 1 луковица, 1 яблоко, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка томатной пасты, 80 мл мясного бульона, 1 столовая ложка майонеза, 1/2 чайной ложки карри, 1 пучок петрушки, 1/2 пучка зеленого лука, 3 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы нарежьте кусками длиной 5–6 см и извлеките мякоть так, чтобы получились стаканчики. Сладкий перец мелко нарежьте. Яблоко натрите на средней терке. Фарш посолите, посыпьте красным молотым перцем и слегка обжарьте в 1 столовой ложке растительного масла. Затем смешайте со сладким перцем, яблоком, горошком, измельченным зеленым луком и частью рубленой петрушки.

Посолите, поперчите, заправьте майонезом и тщательно перемешайте полученную начинку. Наполните ею подготовленные огурцы и обжарьте их в 1 столовой ложке растительного масла.

Лук и морковь тонко нашинкуйте, обжарьте в оставшемся растительном масле до золотистого цвета. Затем посолите, добавьте томатную пасту, карри, влейте горячий бульон и доведите до кипения. Поверх положите обжаренные огурцы и потушите до готовности. Подавайте, полив полученным соусом и посыпав оставшейся зеленью петрушки.

Жареные кабачки со свининой, рисом, морковью, помидорами, чесноком, розмарином и эстрагоном «Заманчивые»

Ингредиенты:

2–3 кабачка, 300 г свинины, 100 г риса, 1 картофелина, 1 морковка, 1 помидор, 2–3 редиса, 2 луковицы, 1 яйцо, 100 г панировочных сухарей, 1 чайная ложка сушеного молотого чеснока, 1 чайная ложка сушеного молотого розмарина, 1/2 чайной ложки сушеного молотого эстрагона, 1/2 пучка петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Рис сварите в подсоленной воде до полуготовности, охладите и смешайте с взбитым яйцом. Свинину, очищенные картофель, лук и морковь пропустите через мясорубку, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 4–5 см, удалите семена и наполните начинкой. Обваляйте в смеси из соли, панировочных сухарей, чеснока, розмарина, эстрагона, красного перца и обжарьте на растительном масле. Подавайте, украсив кружками помидора, редиса и веточками петрушки.

Запеченные макароны с фаршем, томатной пастой, чесноком, бульоном, сыром и базиликом «Веллетри»

Ингредиенты:

250 г конкильони (макаронные изделия в форме крупных ракушек), 400 г фарша из свинины и говядины, 100 г тертого сыра (любого), 4 столовые ложки томатной пасты, 2–3 зубчика чеснока, 2 луковицы, 1/2 пучка базилика, мясной бульон, оливковое масло, перец, соль.

Способ приготовления:

Чеснок нарежьте тонкими пластинками, обжарьте на оливковом масле до золотистого цвета и удалите его из полученного чесночного масла. Лук нарежьте тонкими полукольцами и, постоянно помешивая, обжарьте на слабом огне до полупрозрачности в чесночном масле.

Затем добавьте фарш, слегка обжарьте, положите томатную пасту, измельченный базилик, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Каждую ракушку (конкильони) наполните начинкой, уложите в форму и залейте бульоном так, чтобы он полностью покрыл ракушки. Запекайте в духовке около 1 часа при средней температуре. Подавайте, посыпав тертым сыром.

Запеченный перец под соусом со свиным фаршем, рисом, луком-шалотом, сливками и острой паприкой «Гроссето»

Ингредиенты:

7 сладких перцев, 300 г свиного фарша, 100 г риса, 3 головки лука-шалота, 5 зубчиков чеснока, 1 яйцо, 250 мл бульона, 1/2 стакана сливок, 1 чайная ложка порошка острой паприки, 4 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Рис сварите в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг. Четыре шт. перца очистите от плодоножек и семян. Лук-шалот мелко нарубите, чеснок мелко нарежьте. Оставшийся перец разрежьте пополам, удалите семена и нарежьте мелкими кубиками. Смешайте фарш с вареным рисом, половиной нормы лука-шалота и чеснока, взбитым яйцом, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец. Уложите в смазанную 2 столовыми ложками сливочного масла форму и влейте бульон.

Запекайте в духовке 45 минут при температуре 180 °C. Подавайте с соусом.

Для соуса за 5 минут до готовности перца растопите остаток сливочного масла и обжарьте в нем оставшиеся лук-шалот и чеснок. Добавьте нарезанный кубиками перец, влейте бульон из формы и дайте закипеть. Полученную массу разомните в пюре, влейте сливки, добавьте порошок паприки, соль и перец. Полученный соус тщательно перемешайте.

Запеченные кабачки с крольчатиной, картофелем, оливками, солеными огурцами, сыром и петрушкой «Салонные»

Ингредиенты:

2–3 кабачка (молодых), 400 г крольчатины (вареной), 4 картофелины, 1 помидор, 1 соленый огурец, 100 г тертого сыра (любого), 2–3 столовые ложки оливок (без косточек), 2 столовые ложки майонеза, 1/2 пучка петрушки, 1 чайной ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо кролика пропустите через мясорубку. Картофель сварите в подсоленной воде до готовности, охладите и нарежьте мелкими кубиками. Огурец натрите на средней терке, оливки измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, посолите, поперчите и заправьте майонезом. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки разрежьте вдоль пополам, удалите семена и наполните начинкой. Уложите в смазанную растительным маслом форму, поперчите и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки и украсив дольками помидора.

Запеченные булочки с колбасой, яйцами, помидорами, сыром и зеленью «Малаховские»

Ингредиенты:

300 г вареной колбасы, 10 булочек, 4 помидора, 150 г сыра (любого твердых сортов), 4 яйца, сливочное масло, зеленый лук, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Зеленый лук мелко нарежьте и слегка обжарьте на сливочном масле. Добавьте нарезанную мелкими кубиками колбасу и обжарьте до зарумянивания колбасы. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и мелко нарежьте или натрите на терке.

Посыпьте помидоры солью, перцем и смешайте с обжаренной колбасой и луком. Массу перемешайте и потушите до выпаривания жидкости. Яйца взбейте, посолите, поперчите и смешайте с массой. Полученную начинку тщательно перемешайте.

У булочек срежьте крышечки, удалите часть мякиша и наполните начинкой. Крышечки смажьте с обеих сторон сливочным маслом, обваляйте в тертом сыре и накройте ими фаршированные булочки. Запекайте в духовке до зарумянивания сыра при средней температуре. Подавайте, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Помидоры с ветчиной, сыром, майонезом, лимонным соком и петрушкой «Азбучные»

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 100 г ветчины, 100 г сыра (любого твердых сортов), 1/2 стакана майонеза, сок 1/2 лимона, 5–6 веточек петрушки, маринованные огурцы, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте крышечку и удалите ложкой часть мякоти. Слегка посолите помидоры внутри и дайте стечь соку, поставив помидоры срезом вниз. Сыр натрите на крупной терке, ветчину мелко нарежьте и все смешайте с майонезом и соком лимона. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Подготовленные помидоры наполните начинкой и накройте крышечками. Сбоку каждого помидора воткните веточку петрушки и уложите на блюдо. Подавайте, украсив ломтиками маринованных огурцов.

Помидоры с ветчиной, фасолью, маринованными огурцами, майонезом и петрушкой «Ужин а-ля фуршет»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 100 г ветчины, 100 г консервированной красной фасоли, 1 маринованный огурец, 1 луковица, 100 г майонеза, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Лук мелко нарежьте, добавьте фасоль, нарезанные кубиками ветчину, огурец, майонез, соль и перец. Полученную начинку тщательно перемешайте. Наполните ею подготовленные помидоры и украсьте их листиками петрушки.

Запеченные помидоры с колбасой, зеленым горошком, укропом, яйцами и сыром «Альтернативные»

Ингредиенты:

6–8 помидоров, 100 г вареной колбасы, 3–4 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки майонеза, 1/2 пучка укропа, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Колбасу мелко нарежьте, смешайте с панировочными сухарями, зеленым горошком, рубленой зеленью укропа и измельченными яйцами.

Посолите, поперчите, заправьте майонезом и тщательно перемешайте полученную начинку. Наполните ею подготовленные помидоры и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 4–5 минут при средней температуре.

Помидоры с ветчиной, кукурузой, маринованными огурцами, картофелем, луком, укропом и петрушкой «Скоростные»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 100 г ветчины, 100 г консервированной кукурузы, 2 маринованных огурца, 1 картофелина (вареная), 1 луковица, 100 г майонеза, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть.

Лук мелко нарежьте, добавьте кукурузу, нарезанные кубиками ветчину, картофель, огурцы, измельченную зелень укропа, майонез, соль и перец.

Полученную начинку тщательно перемешайте. Наполните ею подготовленные помидоры и уложите их на блюдо. Подавайте, украсив веточками петрушки.

Помидоры с бужениной, маринованными шампиньонами, огурцами, сыром, картофелем и грецкими орехами «Дворянские»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 200 г буженины, 300 г маринованных шампиньонов, 2 картофелины (вареные), 2 маринованных огурца, 1 луковица, 2 столовые ложки измельченных грецких орехов, 2–3 столовые ложки сыра (любого), 100 г майонеза, сок 1/2 лимона, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Картофель, буженину, грибы, сыр, огурцы и лук нарежьте мелкими кубиками, оставив немного буженины и шляпок грибов для украшения. Сбрызните все лимонным соком, добавьте измельченные грецкие орехи, посолите, поперчите, заправьте майонезом и осторожно перемешайте.

Полученной начинкой наполните подготовленные помидоры. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки, украсив ломтиками буженины, шляпками грибов и полив майонезом.

Помидоры с колбасой, редисом, яйцами, зеленым луком, салатом, петрушкой и укропом «Пролетарские»

Ингредиенты:

6–8 помидоров, 200 г вареной колбасы, 10 редисок, 2 яйца, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка зеленого салата, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Редис нарежьте кружочками, зеленый лук, укроп и петрушку измельчите и смешайте с редисом. Добавьте мелко нарезанную колбасу, измельченные яйца, посолите, поперчите и заправьте сметаной.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, уложив на листья зеленого салата.

Помидоры с ветчиной, шпинатом, грецкими орехами, мускатом, чесноком и луком «Авангардные»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 100 г ветчины, 100 г шпината, 3 столовые ложки измельченных грецких орехов, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка сливочного масла, порошок мускатного ореха, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть.

Лук мелко нарежьте и обжарьте на сливочном масле. Затем добавьте рубленый шпинат, мелко нарезанную ветчину, толченый чеснок, порошок мускатного ореха, соль, перец и потушите до готовности.

Полученную начинку тщательно перемешайте, слегка охладите и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, посыпав измельченными грецкими орехами.

Запеченный перец с окороком, грибами, картофелем, луком, сыром и укропом «Викинг»

Ингредиенты:

6–8 сладких перцев, 100 г копченого окорока, 300 г грибов (любых), 2 картофелины, 1 луковица, 100 г тертого сыра (любого), 1/2 пучка укропа, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Окорок нарежьте мелкими кусочками, уложите в форму и обжарьте до вытапливания жира. Затем добавьте нарезанный кольцами лук, нарезанные тонкими ломтиками грибы и картофель.

Посолите, поперчите, влейте немного воды и потушите все 15 минут. Спустя это время слейте образовавшуюся в процессе тушения жидкость и добавьте сливочное масло.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец. Уложите в форму, посыпьте тертым сыром и влейте немного воды. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, украсив веточками укропа.

Перец с колбасой, помидорами, огурцами, острым соусом, шпинатом, луком и петрушкой «Петровский»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 300 г вареной колбасы, 2 помидора, 1 огурец, 1 луковица, 4 столовые ложки острого томатного соуса, 1 столовая ложка уксуса, 1/2 пучка шпината, 1/2 пучка петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку, очистите его от семян, сварите в подсоленной воде до мягкости и охладите. Колбасу, помидоры и огурец нарежьте мелкими кубиками. Лук и зелень петрушки измельчите. Смешайте растительное масло, уксус, соль, перец и тщательно перемешайте полученный соус.

Смешайте все подготовленные продукты и заправьте их соусом. Полученной начинкой наполните подготовленный перец. Подавайте, полив острым томатным соусом и посыпав измельченной зеленью шпината.

Запеченный перец с буженины, рисом, маринованными грибами, грецкими орехами, брынзой и зеленью «Креативный»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 200 г буженины, 1 луковица, 2 столовые ложки маринованных грибов (любых), 2 столовые ложки рубленых грецких орехов, 2 столовые ложки брынзы, 100 г тертого сыра (любого), 1/3 стакана риса, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 столовая ложка майонеза, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, 1 столовая ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Буженину и брынзу пропустите через мясорубку. Рис сварите в подсоленной воде до готовности, откиньте на сито и охладите. Лук и грибы мелко нарежьте.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте грецкие орехи, посолите, поперчите и заправьте смесью из майонеза и лимонного сока. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец.

Уложите фаршированный перец в смазанную растительным маслом форму, посыпьте тертым сыром и перцем. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, украсив веточками петрушки и укропа.

Запеченные кабачки с колбасой, ветчиной, брынзой, сыром, огурцами, луком и базиликом «Кобринские»

Ингредиенты:

2–3 кабачка (молодых), 200 г вареной колбасы, 100 г ветчины, 50 г тертого сыра (твердых сортов), 50 г брынзы, 2 огурца, 1 луковица, 2 столовой ложки майонеза, 1/2 пучка базилика, 1 чайная ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Ветчину, колбасу и лук нарежьте соломкой, огурцы очистите от кожицы и нарежьте кубиками. Сыр и брынзу натрите на средней терке. Зелень базилика мелко нарежьте. Смешайте все подготовленные продукты, поперчите и заправьте майонезом. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 4–5 см, удалите семена и наполните начинкой. Уложите в смазанную растительным маслом форму и поперчите.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеченные кабачки с ветчиной, рисом, черносливом, сыром, майонезом, петрушкой и кинзой «Россошанские»

Ингредиенты:

1–2 кабачка (молодых), 300 г ветчины, 100 г риса, 100 г чернослива, 100 г тертого сыра (любого), 6 столовых ложек майонеза, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка кинзы, 1 чайная ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки разрежьте вдоль пополам и удалите семена. Рис сварите в подсоленной воде до готовности, откиньте на сито и охладите. Чернослив залейте на 20 минут горячей водой, откиньте на дуршлаг, удалите косточки и мелко нарежьте мякоть. Ветчину нарежьте мелкими кубиками.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте измельченную зелень петрушки, поперчите и заправьте 2 столовыми ложками майонеза. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные кабачки.

Уложите в смазанную растительным маслом форму, смажьте оставшимся майонезом, поперчите и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченной зеленью кинзы.

Запеченная курица с потрохами, сладким перцем, помидорами, морковью, изюмом, маслинами и сахаром «Апухтинская»

Ингредиенты:

1 тушка курицы (до 1 кг 200 г), 300–400 г куриных потрохов, 3 морковки, 1 сладкий перец, 1–2 помидора или 3–4 столовые ложки томатного соуса, 3 луковицы, 10 маслин (без косточек), 2 столовые ложки изюма, 2 столовые ложки сахара, 1 чайная ложка соли, растительное масло.

Способ приготовления:

Курицу натрите снаружи солью и перцем, внутри — только солью и слегка обжарьте на растительном масле.

Куриные сердечки, желудки, печень мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле в течение 15 минут. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой и очистите от кожицы. Обжарьте мелко нарезанные морковь, лук, сладкий перец и помидоры (томатный соус). Затем смешайте овощи с куриными потрохами, добавьте соль, сахар, изюм, маслины и потушите полученную начинку в течение 15 минут.

Наполните ею подготовленную курицу, положите в форму спинкой вниз и накройте форму крышкой. Запекайте в духовке 1 час при средней температуре. Спустя это время снимите крышку и подрумяньте курицу в течение 5–10 минут.

Тушеный перец с куриным филе, рисом, кукурузой, морковью, огурцами, томатной пастой и укропом «Кубинский»

Ингредиенты:

6–8 сладких перцев, 100 г куриного филе (вареного), 100 г консервированной кукурузы, 3 столовые ложки риса, 1 морковка, 1 огурец, 1 луковица, 2 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка томатной пасты, 1/2 пучка укропа, 2 столовые ложки растительного масла, зелень (любая), перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Рис сварите в подсоленной воде до готовности.

Куриное филе нарежьте мелкими кубиками. Огурец натрите на средней терке, укроп измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте кукурузу, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец.

Лук нашинкуйте, морковь натрите на мелкой терке и обжарьте все на растительном масле. Поверх лука и моркови уложите фаршированный перец, влейте немного воды, смешанной с томатной пастой, и потушите до готовности. Подавайте, посыпав любой измельченной зеленью.

Запеченные кабачки с вареной курицей, капустой, яблоками, зеленым горошком, сельдереем, базиликом и хреном «Люблинские»

Ингредиенты:

1–2 кабачка, 200 г курятины (вареной), 200 г капусты, 2 яблока, 1 морковка, 1 корень сельдерея, 3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 100 г тертого сыра (любого), 2 яйца, 100 г панировочных сухарей, 1 чайная ложка тертого хрена, 1 чайная ложка уксуса, 1 пучок петрушки, 1/2 пучка базилика, 4 столовые ложки растительного масла, сахар, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту тонко шинкуйте, яблоки нарежьте кубиками. Корень сельдерея и морковь натрите на средней терке.

Курятину нарежьте мелкими кубиками. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте хрен, зеленый горошек, уксус, растительное масло, соль, сахар и рубленую зелень петрушки. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 6–7 см, удалите семена и наполните начинкой. Обмакните во взбитых яйцах, обваляйте в панировочных сухарях и обжарьте на растительном масле. Затем уложите в форму, посыпьте перцем и тертым сыром. Запекайте в духовке 5–7 минут при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченной зеленью базилика.

Запеченные кабачки с индейкой, маслинами, кукурузой, помидорами, острым соусом, салатом и зеленым луком «Юкатанские»

Ингредиенты:

2–3 кабачка (молодых), 300 г филе индейки, 100 г маслин (без косточек), 4 столовые ложки консервированной кукурузы, 1 помидор, 1 огурец, 1 яйцо, 100 г тертого сыра (любого), 100 г острого томатного соуса, 1 столовая ложка майонеза, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка зеленого салата, 1/2 пучка зеленого лука, 1 чайная ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе индейки сварите в подсоленной воде, охладите и пропустите через мясорубку. Маслины измельчите, огурец натрите на средней терке. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте кукурузу, взбитое яйцо, измельченные лук и зеленый салат, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

Кабачки разрежьте вдоль пополам, удалите семена и наполните начинкой. Уложите в смазанную растительным маслом форму, поперчите и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки, полив острым томатным соусом и украсив дольками помидора.

Тушеные огурцы с куриным филе, картофелем, морковью, яйцами, тмином, кинзой и петрушкой «Самобытные»

Ингредиенты:

4–5 огурцов, 300 г куриного филе, 5–6 столовых ложек консервированного зеленого горошка, 1 морковка (сырая) и 2 морковки (вареные), 2 картофелины (вареные), 1 луковица, 2 соленых огурца, 2 яйца (сваренных вкрутую), 100 г майонеза, 100 мл мясного бульона, 3 столовые ложки рубленой кинзы, 1/2 чайной ложки тмина, 1/2 пучка петрушки, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы нарежьте кусками длиной 4–5 см и извлеките мякоть так, чтобы получились стаканчики. Куриное филе пропустите через мясорубку, обжарьте в 1 столовой ложке оливкового масла и охладите. Затем смешайте с измельченными солеными огурцами, протертым вареным картофелем, вареной морковью, рублеными яйцами, зеленым горошком и рубленой зеленью кинзы.

Посолите, заправьте оставшимся оливковым маслом и тщательно перемешайте полученную начинку. Наполните ею подготовленные огурцы и обжарьте их в 1 столовой ложке растительного масла.

Лук и морковь тонко нашинкуйте, обжарьте в оставшемся растительном масле до золотистого цвета, добавьте тмин, посолите, поперчите, влейте бульон и доведите до кипения. Поверх уложите фаршированные огурцы и потушите их до мягкости. Подавайте, полив майонезом, украсив зеленым горошком и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Жареные кабачки с индейкой, апельсинами, яблоками, сыром, зеленым луком и базиликом «Кокошинские»

Ингредиенты:

1–2 кабачка, 200 г филе индейки, 1 апельсин, 1 зеленое яблоко, 1 огурец, 3 яйца, 100 г тертого сыра (любого), 3–4 столовые ложки муки, 3–4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка майонеза, 1/2 пучка зеленого лука, 1/2 пучка базилика, 3 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе индейки сварите в подсоленной воде, охладите и пропустите через мясорубку. Апельсин нарежьте кубиками. Яблоко очистите от сердцевины и вместе с огурцом нарежьте соломкой. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте тертый сыр, измельченный зеленый лук, 1 взбитое яйцо, посолите, поперчите и заправьте майонезом. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 6–7 см, удалите семена и наполните начинкой. Обмакните в оставшихся взбитых яйцах, обваляйте в смеси из муки и панировочных сухарей и обжарьте на растительном масле. Подавайте, поперчив и украсив измельченной зеленью базилика.

Запеченные помидоры с куриной печенью, кукурузой, огурцами, петрушкой, сельдереем и майонезом «Пронинские»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 100 г куриной печени, 2 столовой ложки консервированной кукурузы, 1 картофелина (вареная), 1 луковица, 1 огурец, 1 яйцо, 100 г майонеза, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка сельдерея, 2 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Огурец натрите на средней терке, зелень сельдерея крупно нарежьте. Печень пропустите через мясорубку и вместе с измельченным луком и мякотью помидоров обжарьте в 1 столовой ложке сливочного масла.

Картофель разомните в пюре, смешайте с оставшимся размягченным сливочным маслом и взбитым яйцом.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте кукурузу, панировочные сухари, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Запекайте в духовке 5–7 минут при средней температуре. Подавайте, полив майонезом и украсив веточками петрушки.

Жареные кальмары с мидиями, сыром, рисом, помидорами, душицей и паприкой «От Такеши-сан»

Ингредиенты:

4 кальмара, 100 г мидий (замороженных или консервированных), 100 г сыра (любого твердых сортов), 1/2 стакана риса, 2 помидора, 1 чайная ложка душицы, 1 чайная ложка паприки, растительное масло, соль.

Способ приготовления:

Рис сварите в подсоленной воде до готовности и обсушите. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, семян и нарежьте.

Сыр нарежьте кубиками. Тушки кальмаров вместе с мидиями залейте ненадолго кипятком (консервированные мидии заливать кипятком не нужно).

Рис смешайте с мидиями, кубиками сыра и помидорами. Приправьте душицей, паприкой и при необходимости посолите. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные тушки кальмаров. Скрепите отверстия деревянными шпажками, обсушите салфеткой и обжарьте на растительном масле по 3 минуты с каждой стороны.

Яйца под горчичным соусом с осетриной, маринованными огурцами, помидорами, сладким перцем и маслинами «Миллиардерские»

Ингредиенты:

7–8 яиц (сваренных вкрутую), 100 г осетрины, 1 маринованный огурец, 1 помидор, 1 сладкий перец, 50 г маслин (без косточек), 1/2 пучка зеленого салата, 1 чайная ложка оливкового масла, перец, соль.

Для горчичного соуса: 1 чайная ложка зернистой горчицы, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 столовые ложки оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Яйца разрежьте вдоль пополам, извлеките желтки и разотрите их. Осетрину сварите в подсоленной воде до готовности, охладите и мелко нарежьте. У сладкого перца удалите плодоножку, семена, мякоть вместе с огурцом натрите на средней терке.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте растертые желтки, посолите, поперчите и заправьте оливковым маслом. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные яйца. Подавайте, уложив на листья зеленого салата, полив соусом, украсив кружками помидора и нарезанными маслинами.

Для соуса смешайте оливковое масло, лимонный сок, горчицу, посолите и поперчите. Полученный соус тщательно взбейте.

Запеченная репа с треской, сладким перцем, помидорами, огурцами, яблоками, оливками, эстрагоном и кинзой «По-новому»

Ингредиенты:

3–4 репки, 200 г филе трески, 1 сладкий перец, 1 помидор, 1 огурец, 1 яблоко, 4–5 столовых ложек оливок (без косточек), 3 столовые ложки майонеза, 1/2 чайной ложки сушеного молотого эстрагона, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка кинзы, 100 г сливочного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Репу сварите в подсоленной воде до готовности, охладите, очистите, разрежьте поперек пополам, удалите мякоть и мелко ее нарежьте.

Рыбу сварите в подсоленной воде, охладите и нарежьте мелкими кусочками. Яблоко, огурец, помидор и сладкий перец нарежьте соломкой. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте рубленую зелень петрушки и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленную репу. Обваляйте ее в смеси из красного и черного перца, соли, эстрагона и поверх положите кусочки сливочного масла. Уложите в смазанную растительным маслом форму. Запекайте в духовке 7–10 минут при средней температуре. Подавайте, украсив веточками кинзы и нарезанными оливками.

Запеченная свекла с соленой скумбрией, шампиньонами, картофелем, помидорами, сыром и майонезом «Лабрадорская»

Ингредиенты:

3–4 свеклы, 200 г филе соленой скумбрии, 300 г шампиньонов, 2 картофелины, 1 помидор, 50–60 г тертого сыра (любого), 200 мл молока, 3 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, 1/2 пучка зеленого лука.

Способ приготовления:

Неочищенную свеклу залейте холодной водой и сварите до готовности. Затем охладите, очистите, разрежьте пополам и удалите мякоть.

Филе скумбрии вымочите в молоке и нарежьте тонкими полосками. Картофель сварите в мундире до готовности, охладите, очистите и нарежьте кубиками. Грибы нарежьте небольшими ломтиками и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Лук мелко нарубите, помидор нарежьте ломтиками. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте измельченный зеленый лук и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленную свеклу. Уложите в смазанную растительным маслом форму и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 7–10 минут при средней температуре.

Жареные кабачки с печенью трески, кукурузой, сладким перцем, сыром, майораном, петрушкой и зеленым салатом «Восхитительные»

Ингредиенты:

1–2 кабачка, 200 г консервированной печени трески, 100 г консервированной кукурузы, 2 сладкого перца, 1 морковка, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 2 яйца, 50–60 г тертого сыра (любого), 3–4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка майонеза, 1 чайная ложка сушеного майорана, 1–2 лавровых листа, 1 пучок зеленого салата, 1/2 пучка петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

С печени трески слейте масло и разомните ее вилкой. У сладкого перца удалите плодоножку, семена и нарежьте соломкой. Одно яйцо сварите вкрутую, охладите и натрите на крупной терке. Зеленый салат измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте кукурузу, толченый чеснок, посолите, поперчите и заправьте майонезом. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 6–7 см, удалите семена и наполните начинкой. Обмакните во взбитом яйце, обваляйте в сухарях и обжарьте в 1 столовой ложке растительного масла. Лук, морковь измельчите и обжарьте на оставшемся растительном масле до золотистого цвета.

Поверх уложите фаршированные кабачки, добавьте лавровый лист, майоран, влейте немного воды, посолите, поперчите и потушите до готовности. Подавайте, посыпав тертым сыром и измельченной зеленью петрушки.

Тушеный перец с рыбными консервами, помидорами, огурцами, сельдереем, тмином, сыром и острым соусом «Андреевский»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 200 г консервированной рыбы в масле, 1 помидор, 1 огурец, 1 морковка, 1 корень сельдерея, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 100 г тертого сыра (любого), 1 яйцо (сваренное вкрутую), 3 столовые ложки острого томатного соуса, 1–2 лавровых листа, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка молотого тмина, 1/2 пучка петрушки, 3–4 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Помидор, огурец и 1 луковицу мелко нарежьте и полейте лимонным соком. С рыбы слейте масло, освободите ее от костей и измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте толченый чеснок, тмин, тертый сыр, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный перец. Затем обжарьте его в 1 столовой ложке растительного масла. Морковь, корень сельдерея натрите на средней терке, луковицу мелко нарежьте и обжарьте все на оставшемся масле.

Затем добавьте томатный соус и лавровый лист. Поверх уложите фаршированный перец, влейте немного воды и потушите до готовности. Подавайте, украсив кружками вареного яйца и веточками петрушки.

Яйца с консервированным лососем, картофелем, морковью, маринованными огурцами, хреном, петрушкой и укропом «Павловские»

Ингредиенты:

6–7 яиц (сваренных вкрутую), 150 г консервированного лосося, 1 картофелина, 1 морковка, 1 маринованный огурец, 2 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка тертого хрена, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Яйца разрежьте вдоль пополам, извлеките желтки и разотрите их. Рыбу освободите от костей и разомните вилкой. Неочищенные картофель и морковь сварите в подсоленной воде до готовности, охладите, очистите и вместе с огурцом натрите на средней терке.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте растертые желтки, тертый хрен, измельченную зелень укропа, посолите, поперчите и заправь те майонезом. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные яйца. Подавайте, украсив веточками петрушки.

Помидоры с креветками, кукурузой, петрушкой, яйцами и сыром «Закуска от кока на камбузе»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 100 г вареных очищенных креветок, 100 г консервированной кукурузы, 1 луковица, 3 столовые ложки тертого сыра (любого), 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Лук мелко нарежьте и обжарьте на сливочном масле. Добавьте креветки, кукурузу, измельченные яйца, рубленую зелень петрушки, соль и перец.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, полив майонезом и посыпав тертым сыром.

Свекла под сметанным соусом с креветками, сладким перцем, яблоками, лимоном, петрушкой и зеленым салатом «Интересная идея»

Ингредиенты:

3–4 свеклы, 300 г вареных креветок (очищенных), 2 сладких перца, 1 яблоко, 1 луковица, 1/2 лимона, 2 столовые ложки майонеза, 1 пучок петрушки, 1/2 пучка зеленого салата, перец, соль.

Для сметанного соуса: 150 г сметаны, 3 желтка сваренных вкрутую яиц, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 столовые ложки измельченной зелени базилика, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Неочищенную свеклу залейте холодной водой и сварите до готовности. Затем охладите, очистите, разрежьте пополам и удалите мякоть.

Сладкий перец, лук и яблоко нарежьте небольшими кубиками, зелень петрушки измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте креветки, майонез, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленную свеклу. Подавайте, уложив на листья зеленого салата, полив соусом и украсив ломтиками лимона.

Для соуса желтки разотрите и смешайте со сметаной, лимонным соком и зеленью базилика. Добавьте соль, красный перец и тщательно перемешайте полученный соус.

Яйца с креветками, сладким перцем, яблоками, огурцами, сметаной, петрушкой и укропом «Митрофановские»

Ингредиенты:

6–7 яиц (сваренных вкрутую), 100 г креветок, 1 яблоко, 1 огурец, 1 сладкий перец, 1 луковица, 2 столовые ложки сметаны, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Яйца разрежьте вдоль пополам, извлеките желтки и разотрите их. Креветки поварите 3–4 минуты в подсоленной воде, охладите, очистите и мелко нарежьте. Сладкий перец, лук и яблоко измельчите. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте растертые желтки, измельченную зелень петрушки, посолите, поперчите и заправьте сметаной.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные яйца. Подавайте, украсив кружками огурца и веточками укропа.

Тушеный перец с морским гребешком, рисом, луком, зеленью, томатной пастой и сметаной «К празднику Нептуна»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 400 г морского гребешка, 1/4 стакана риса, 2–3 луковицы, 100 г сметаны, 1–2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки топленого масла, зелень (любая), растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и семена. Подготовленный перец подержите немного в кипятке. Лук мелко нарежьте. Томатную пасту обжарьте в растительном масле и смешайте с рисом, луком и топленым маслом.

Морской гребешок измельчите (можно пропустить через мясорубку). Смешайте все подготовленные продукты, посолите, поперчите и тщательно перемешайте полученную начинку.

Наполните ею перец, уложите в сотейник и залейте горячей водой с добавлением соли и перца. Потушите 15–20 минут на слабом огне. Подавайте, полив образовавшимся соусом, сметаной и посыпав любой рубленой зеленью.

Запеченные гогошары с капустой, помидорами, чесноком и луком «Тираспольские»

Ингредиенты:

8 гогошаров, 250 г капусты, 1–2 помидора, 2 луковицы, 5 зубчиков чеснока, 1/2 стакана томатного соуса, 1 столовая ложка муки, зелень (любая), растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

У гогошаров удалите плодоножку и семена. Капусту тонко нашинкуйте, лук и помидоры мелко нарежьте и все обжарьте на растительном масле, добавив муку. Чеснок пропустите через пресс, зелень мелко нарежьте и добавьте к обжаренным овощам. Полученную начинку посолите и тщательно перемешайте.

Подготовленные гогошары наполните начинкой, уложите в форму и полейте томатным соусом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеченные помидоры со шпинатом, яблоками, сметаной, сыром, лимонным соком и укропом «Измаильские»

Ингредиенты:

5–6 помидоров, 200 г шпината, 2 яблока, 100 г сметаны, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 1 чайная ложка лимонного сока, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Шпинат сварите в подсоленной воде, охладите и мелко нарежьте. Яйцо измельчите. Яблоки очистите от кожуры, сердцевины, натрите на средней терке и сбрызните лимонным соком.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте измельченную зелень укропа, посолите и заправьте сметаной.

Полученную начинку тщательно перемешайте, наполните ею подготовленные помидоры и посыпьте тертым сыром.

Запекайте в духовке 5–7 минут при средней температуре.

Помидоры с морковью, сладким перцем, зеленым горошком, луком, майонезом и петрушкой «Назарьевские»

Ингредиенты:

5 помидоров, 1 морковка, 1 сладкий перец, 1 луковица, 3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 1/2 пучка зеленого салата, 1/2 пучка петрушки, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Морковь натрите на крупной терке, перец нарежьте тонкой соломкой. Лук измельчите и вместе с мякотью помидоров и морковью обжарьте на растительном масле.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте зеленый горошек, измельченную зелень петрушки, посолите и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, уложив на листья зеленого салата.

Запеченный маринованный перец с зеленым салатом, яйцами, огурцами, сыром, укропом и петрушкой «Сафоновский»

Ингредиенты:

6–8 сладких маринованных перцев, 200 г зеленого салата, 1 огурец, 3 яйца (сваренных вкрутую), 100 г тертого сыра (любого), 100 г майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка лимонного сока, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка зеленого лука, 1/2 пучка петрушки, соль.

Способ приготовления:

Промытые и подсушенные листья салата нарвите мелкими кусочками. Яйца мелко нарежьте, огурец натрите на средней терке. Зеленый лук, укроп и петрушку измельчите, оставив немного веточек укропа для украшения. Смешайте все подготовленные продукты, посолите и заправьте сметаной, смешанной с лимонным соком.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею маринованный перец. Уложите его в форму и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 5–7 минут при средней температуре. Подавайте, полив майонезом и украсив веточками укропа.

Корзиночки из маринованного перца с морковью, помидорами, чесноком, луком-пореем, шафраном и имбирем «Вместительные»

Ингредиенты:

6 сладких перцев, 2 морковки, 2 помидора, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 1 лавровый лист, 1 гвоздичка, 1 столовая ложка яблочного уксуса, 1 чайная ложка сахара, 1 пучок петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, лук-порей, молотый шафран, порошок имбиря, перец и соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку, семена и вырежьте края зубчиками. Подготовленный перец прокипятите 2–3 минуты в маринаде и охладите.

Лук и морковь нашинкуйте, петрушку измельчите, все посолите и обжарьте на растительном масле. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, протрите через сито и смешайте пропущенным через пресс чесноком. Добавьте помидоры к луку, моркови, потушите до готовности и остудите.

Полученной начинкой наполните подготовленный перец. Подавайте, посыпав измельченным луком-пореем.

Для маринада в кипящую воду положите сахар, соль, перец, шафран, лавровый лист, гвоздику, имбирь и прокипятите все в течение 5 минут. Затем влейте уксус и доведите до кипения.

Жареные кабачки с цветной капустой, сладким перцем, морковью, майораном, чесноком, петрушкой и зеленым салатом «Спецменю долгожителей»

Ингредиенты:

3–4 кабачка (молодых), 300 г цветной капусты, 1 сладкий перец, 2 морковки, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, 100 г томатного соуса, 3 столовые ложки муки, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 чайная ложка сушеного молотого майорана, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка зеленого салата, 3 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и разберите на соцветия. У сладкого перца удалите плодоножку, семена и мелко нарежьте. Морковь натрите на средней терке. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте толченый чеснок, рубленый зеленый салат, посолите и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 4–5 см, удалите семена и наполните начинкой. Затем обмакните во взбитом яйце, обваляйте в смеси из муки, панировочных сухарей, майорана, красного и черного перца

Фаршированные кабачки обжарьте на растительном масле до готовности. Подавайте, полив томатным соусом и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Запеченные кабачки под острым соусом с зеленым горошком, сливками, сметаной, петрушкой, мускатным орехом и сыром «Алуштинские»

Ингредиенты:

2–3 кабачка (молодых), 300 г зеленого горошка, 4 яйца, 3 столовые ложки сметаны, 1/2 пучка петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка растительного масла, перец, соль.

Для соуса: 100 мл сливок, 100 мл куриного бульона, 50 г тертого сыра (любого), 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, молотый мускатный орех, перец, соль.

Способ приготовления:

Зеленый горошек сварите, обсушите, протрите через сито, смешайте со сметаной, 1 столовой ложкой растопленного сливочного масла и взбитыми яйцами. Посолите, поперчите и тщательно перемешайте полученную начинку.

Кабачки разрежьте вдоль пополам, удалите семена, часть мякоти и наполните начинкой. Фаршированные кабачки уложите в смазанную растительным маслом форму, поперчите и залейте соусом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав рубленой зеленью петрушки.

Для соуса растопленное сливочное масло смешайте с мукой, бульоном, сливками, томатной пастой, тертым сыром, солью и мускатным орехом. Все тщательно перемешайте и поварите на слабом огне до загустения.

Запеченный картофель с кабачками, зеленым горошком, тмином, кориандром, петрушкой, шпинатом, острым и сладким перцем «По-винницки»

Ингредиенты:

6–8 картофелин, 1/2 кабачка, 3 сладких перца, 1 острый перец, 1 помидор, 1 морковка, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка тмина, 1 чайная ложка кориандра, 1/2 пучка шпината, 1/2 пучка петрушки, 4 столовые ложки растительного масла, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления:

Неочищенный картофель запеките в духовке до полуготовности, охладите, очистите и в центре каждого клубня сделайте небольшое углубление.

Кабачок очистите от кожицы, семян и нарежьте кубиками. Морковь нарежьте соломкой, лук — полукольцами. У сладкого перца удалите плодоножку, семена и нарежьте соломкой. Острый перец очистите от семян и мелко нарубите.

Лук обжарьте в 3 столовых ложках растительного масла до прозрачности, затем добавьте кабачок, морковь, сладкий и острый перец, влейте немного воды и потушите все 20 минут. Спустя это время положите соль, тмин, кориандр, лавровый лист, перец горошком и потушите еще 10–15 минут.

Добавьте толченый чеснок и охладите полученную начинку. Подготовленный картофель наполните начинкой, посыпьте перцем и уложите в смазанную оставшимся растительным маслом форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, уложив на зелень шпината, украсив дольками помидора, зеленым горошком и веточками петрушки.

Запеченные огурцы с цветной капустой, яйцами, сыром, майонезом и петрушкой «Воткинские»

Ингредиенты:

5–6 огурцов, 300 г цветной капусты, 100 г тертого сыра (любого), 2 яйца, 100 г майонеза, 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы нарежьте кусками длиной 5–6 см и извлеките мякоть так, чтобы получились стаканчики. Цветную капусту сварите в подсоленной воде до готовности, разберите на соцветия и охладите. Смешайте измельченную зелень петрушки, капусту, взбитые яйца, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные огурцы.

Обжарьте их в 1 столовой ложке растительного масла до образования золотистой корочки. Уложите в смазанную оставшимся маслом форму, посыпьте тертым сыром, посолите, поперчите и залейте майонезом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Огурцы с цветной капустой, помидорами, петрушкой, яйцами, майонезом и сметаной «Ольховские»

Ингредиенты:

6–8 огурцов, 100 г цветной капусты, 3 помидора, 2 яйца (сваренных вкрутую), 100 г сметаны, 1 столовая ложка майонеза, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы очистите от кожицы, разрежьте вдоль пополам, удалите семена и часть мякоти. Мякоть огурца мелко нарежьте, смешайте с пропущенными через мясорубку помидорами, капустой, измельченными яйцами, майонезом, посолите и поперчите.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные огурцы. Подавайте, полив сметаной и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Запеченный картофель с баклажанами, острым и сладким перцем, оливками, кукурузой, укропом, кориандром и кинзой «Ильичевский»

Ингредиенты:

6–8 картофелин, 3 баклажана, 2 сладкого перца, 2 острых перца, 5–6 оливок (без косточек), 3 столовые ложки консервированной кукурузы, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка кориандра, 1/2 пучка зеленого салата, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка кинзы, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Неочищенный картофель запеките в духовке до полуготовности, охладите, очистите и в центре каждого клубня сделайте небольшое углубление.

Баклажаны поварите 3 минуты, откиньте на дуршлаг, очистите от кожицы и нарежьте брусочками. Острый и сладкий перец очистите от семян и нарежьте соломкой.

Подготовленный острый и сладкий перец потушите 5 минут в 3 столовых ложках растительного масла с добавлением воды, лаврового листа и кориандра. Затем посолите, положите баклажаны, рубленую зелень укропа, кинзы и потушите полученную начинку 15–20 минут, помешивая.

Подготовленный картофель наполните начинкой, посыпьте перцем, уложите в смазанную оставшимся растительным маслом форму и поверх разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке до готовности при средней темпера туре. Подавайте, уложив на листья зеленого салата, украсив половинками оливок и кукурузой.

Запеченный картофель с баклажанами, помидорами, луком, чесноком, кукурузой, укропом и петрушкой «Кременчугский»

Ингредиенты:

6–8 картофелин, 3 баклажана, 3 помидора, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки консервированной кукурузы, 1 чайная ложка уксуса, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, 100 мл растительного масла, 2 столовые ложки оливкового масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Неочищенный картофель запеките в духовке до полуготовности, охладите, очистите и в центре каждого клубня сделайте небольшое углубление.

Баклажаны сварите в небольшом количестве воды, очистите от кожицы и измельчите. Один помидор подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, измельчите и обжарьте на растительном масле. Добавьте нарезанный лук и баклажаны. Обжарьте все, помешивая, на слабом огне. Затем посолите, поперчите, заправьте 1 столовой ложкой оливкового масла, уксусом и поварите на слабом огне при постоянном помешивании до испарения излишней влаги.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный картофель. Каждую картофелину смажьте оставшимся оливковым маслом, поперчите, посыпьте толченым чесноком и заверните в фольгу.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки, укропа, кукурузой и украсив кружками помидора.

Тушеный перец с морковью, петрушкой, луком и помидорами «Орловский»

Ингредиенты:

10–12 сладких перцев, 5–6 помидоров, 3–4 морковки, 1–2 корня петрушки, 4–5 луковиц, 1 пучок петрушки, 5–6 столовых ложек растительного масла, зелень (любая), сахар, уксус, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку, семена, поварите в кипящей подсоленной воде до полуготовности и откиньте на дуршлаг. Морковь, лук и корень петрушки нарежьте тонкой соломкой и обжарьте на растительном масле до мягкости.

Помидоры мелко нарежьте, добавьте к обжаренным овощам и потушите все на слабом огне до загустения. Затем заправьте уксусом, сахаром, солью, перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленный сладкий перец. Уложите в широкую кастрюлю, влей те немного горячей воды, накройте крышкой и поварите до готовности. Подавайте как в горячем, так и в холодном виде, полив бульоном, в котором перец варился, и посыпав любой мелко нарезанной зеленью.

Тушеный перец с грибами, рисом, помидорами и луком «Савельевский»

Ингредиенты:

1 кг сладкого перца, 200 г грибов (любых), 200 г риса, 3–4 помидора, 1 луковица, растительное масло, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и семена. Грибы, лук и часть помидоров мелко нашинкуйте, смешайте с рисом и обжарьте на растительном масле в течение 3–4 минут. Затем посолите, поперчите, влейте 300 мл горячей воды и поварите смесь до полуготовности риса. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Подготовленный перец наполните начинкой и уложите в сотейник. Добавьте оставшиеся натертые помидоры и растительное масло. Влейте 200 мл горячей воды и потушите на слабом огне до готовности. Подавайте со сметаной.

Жареные огурцы с картофелем, зеленым горошком, кукурузой, яйцами, редисом, базиликом, петрушкой и укропом «Васнецовские»

Ингредиенты:

6–7 огурцов, 100 г консервированной кукурузы, 2 картофелины (вареные), 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 луковица, 50 г консервированного зеленого горошка, 5–6 редисок, 1 яйцо, 4–5 столовых ложек панировочных сухарей, 1 столовая ложка сметаны, 1 столовая ложка муки, 1/2 пучка базилика, 2 столовые ложки рубленой зелени петрушки и укропа, 2 столовые ложки оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Пять огурцов разрежьте вдоль пополам и удалите семена. Картофель, оставшиеся огурцы, лук и яйца измельчите, добавьте кукурузу, измельченную зелень (оставив несколько веточек базилика для украшения), посолите, поперчите и заправьте сметаной. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные огурцы.

Каждую половинку огурцов обмакните во взбитом с мукой яйце, обваляйте в панировочных сухарях, смешанных с солью и перцем, и обжарьте на оливковом масле.

Подавайте, украсив кружками редиса, зеленым горошком и веточками базилика.

Помидоры с маринованными грибами, рисом, луком, сметаной, петрушкой и паприкой «Купавинские»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 100 г маринованных грибов (любых), 100 г риса (вареного), 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка молотой паприки, 1 пучок петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Лук мелко нарежьте и обжарьте на сливочном масле. Затем смешайте с рисом, нарезанными ломтиками грибами, рубленой зеленью петрушки и паприкой.

Полученную начинку посолите, поперчите, тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры.

Подавайте, полив сметаной.

Помидоры с шампиньонами, кукурузой, зеленым салатом, луком, майонезом и петрушкой «Даниловские»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 200 г консервированных шампиньонов, 2–3 столовые ложки консервированной кукурузы, 1 луковица, 3 столовые ложки майонеза, 1/2 пучка зеленого салата, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Грибы и лук мелко нарежьте, добавьте кукурузу, рубленую зелень петрушки, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, уложив на листья зеленого салата.

Помидоры с шампиньонами, картофелем, укропом, сыром, сметаной и лимонным соком «Ухтомские»

Ингредиенты:

6–8 помидоров, 300 г шампиньонов (вареных), 3 картофелины (вареные), 1 луковица, 3 столовые ложки тертого сыра (любого), 2 столовые ложки сметаны, 2 чайные ложки лимонного сока, 1 пучок укропа, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть.

Грибы нарежьте ломтиками. Лук мелко нарежьте, сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и протрите через сито. Картофель разотрите в пюре и смешайте с размягченным сливочным маслом.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте измельченную мякоть помидоров и мелко нарезанную зелень укропа. Посолите и заправьте сметаной, смешанной с лимонным соком. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, посыпав тертым сыром.

Помидоры с вешенками, зеленым горошком, солеными огурцами, петрушкой и яблоками «Станичные»

Ингредиенты:

6–8 помидоров, 100 г вешенок, 100 г консервированного зеленого горошка, 1 соленый огурец, 1 яблоко, 3–4 столовые ложки майонеза, 1/2 пучка петрушки, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Сырые вешенки нарежьте тонкими ломтиками. Огурец и яблоко очистите от кожицы, семян и нарежьте мелкими кубиками. Смешайте все подготовленные продукты, добавьте зеленый горошек, измельченную зелень петрушки, посолите и заправьте майонезом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, уложив на листья зеленого салата.

Запеченные баклажаны с грибами, луком и соевым майонезом «Пхеньянские»

Ингредиенты:

3–4 баклажана, 200 г грибов (любых), 1 луковица, 1 стакан соевого майонеза, 1 чайная ложка крахмала, растительное масло, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны разрежьте вдоль пополам, удалите часть мякоти и обжарьте половинки на растительном масле. Грибы сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и нарежьте. Лук нашинкуйте и обжарьте на растительном масле.

Смешайте обжаренный лук, измельченные грибы, крахмал, посолите и тщательно перемешайте полученную начинку. Наполните ею подготовленные баклажаны. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, полив соевым майонезом.

Жареные кабачки с вешенками, зеленым горошком, луком, сметаной, укропом, кинзой и красным перцем «Артемовские»

Ингредиенты:

2 кабачка (молодых), 400 г вешенок, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 2 луковицы, 100 г муки, 100 г сметаны, 1 лавровый лист, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка кинзы, 100 мл растительного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Грибы и лук тонко нашинкуйте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Посолите, добавьте лавровый лист, измельченную зелень кинзы, потушите до полуготовности и охладите. Затем добавьте зеленый горошек, поперчите и тщательно перемешайте полученную начинку.

Кабачки нарежьте кусками длиной 4–5 см, удалите семена и наполните начинкой. Затем обмакните во взбитых яйцах и обваляйте в муке. Обжарь те на растительном масле до образования золотистой корочки. Подавайте, полив сметаной, посыпав перцем и измельченной зеленью укропа.

Жареные кабачки с маринованными грибами, капустой-ассорти, красной фасолью, морковью и чесноком «Бобринские»

Ингредиенты:

1–2 кабачка, 100 г цветной капусты, 100 г белокочанной капусты, 100 г консервированной красной фасоли, 100 г маринованных грибов (любых), 1 морковка, 3 яйца, 2 зубчика чеснока, 3–4 столовые ложки муки, 3–4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка майонеза, 1 столовая ложка уксуса, 1/2 пучка укропа, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка кунжутного масла, сахар, перец, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту сварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, охладите и разберите на соцветия. Белокочанную капусту и морковь нашинкуйте, посыпьте сахаром, солью, сбрызните уксусом, полейте кунжутным маслом, слегка перетрите и поместите на 15–20 минут в прохладное место.

Спустя это время отожмите, смешайте с цветной капустой, добавьте взбитое яйцо, фасоль, нарезанные грибы, толченый чеснок и поперчите. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки нарежьте кусками длиной 6–7 см, удалите семена и наполните начинкой. Обмакните во взбитых яйцах, обваляйте в смеси из муки и панировочных сухарей и обжарьте на растительном масле. Подавайте, посыпав перцем и измельченной зеленью укропа.

Запеченные кабачки под грибным соусом с помидорами, сладким перцем, морковью, луком и петрушкой «Актюбинские»

Ингредиенты:

2–3 кабачка (молодых), 4 помидора, 3 сладких перца, 2 морковки, 1 луковица, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1 чайная ложка лимонного сока, 1/2 пучка петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Для грибного соуса: 200 г грибов (любых), 200 г сметаны, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка муки, 1/2 чайной ложки сушеного майорана, 1 столовая ложка оливкового масла, молотый душистый перец, соль.

Способ приготовления:

Лук нарежьте полукольцами и обжарьте в 1 столовой ложке растительного масла до золотистого цвета. Помидоры нарежьте маленькими дольками. Морковь и яйцо натрите на средней терке. У сладкого перца удалите плодоножку, семена и нарежьте соломкой. Смешайте все подготовленные продукты, посолите и сбрызните лимонным соком. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Кабачки разрежьте вдоль пополам, удалите семена, часть мякоти и наполните начинкой. Уложите в смазанную оставшимся растительным маслом форму, поперчите и залейте соусом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Для соуса грибы нарежьте ломтиками, лук измельчите и обжарьте все на оливковом масле до золотистого цвета. Затем добавьте толченый чеснок, майоран, душистый перец, соль и обжарьте смесь еще 2–3 минуты. Положите сметану, влейте немного воды, всыпьте муку и поварите до загустения.

Запеченные артишоки с белыми грибами, помидорами, острым соусом, кресс-салатом и укропом «Императорские»

Ингредиенты:

3–4 артишока, 300 г белых грибов, 2 помидора, 1 луковица, 100 г острого томатного соуса, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка лимонного сока, 1/2 пучка кресс-салата, 1/2 пучка укропа, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У артишоков срежьте жесткие листья, часть стебля и верхушку. Разрежьте вдоль пополам, удалите сердцевину и положите на 10–15 минут в холодную воду, подкисленную лимонным соком. Спустя это время сварите в подсоленной воде до полуготовности.

Грибы очистите, промойте, нарежьте ломтиками, добавьте мелко нарезанный лук, соль, перец и обжарьте на сливочном масле в течение 5–7 минут. Затем влейте немного воды, положите сметану и потушите до готовности. Помидоры нарежьте дольками и смешайте с обжаренными грибами. Полученную начинку тщательно перемешайте.

Подготовленные артишоки наполните начинкой, поперчите и полейте острым томатным соусом. Запекайте в духовке 10–15 минут при средней температуре. Подавайте, украсив кресс-салатом и посыпав рубленым укропом.

Запеченные огурцы с солеными груздями, оливками, яйцами, морковью, базиликом, укропом и душицей «Вяземские»

Ингредиенты:

4–5 огурцов, 200 г соленых груздей, 50 г оливок (без косточек), 1 яйцо, 2 яйца (сваренных вкрутую), 2 морковки, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 100 г сметаны, 100 г тертого сыра (любого), 1 чайная ложка душицы, 1 пучок укропа, 1/2 пучка базилика, 3 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы разрежьте вдоль пополам и удалите семена. Морковь натрите на средней терке, лук измельчите, грибы нарежьте ломтиками. Лук и морковь обжарьте в 2 столовых ложках растительного масла до золотистого цвета, посолите, поперчите и смешайте с грибами. Добавьте измельченную зелень укропа, смешанную с взбитым яйцом.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные огурцы. Обжарьте их в 1 столовой ложке растительного масла до образования золотистой корочки. Уложите в смазанную оставшимся маслом форму, залейте сметаной, смешанной с растертыми желтками, толченым чесноком, душицей, измельченной зеленью базилика, посолите и поперчите.

Запекайте в духовке до мягкости при средней температуре. За несколько минут до готовности посыпьте тертым сыром и запекайте до золотистого цвета. Подавайте, украсив нарезанными оливками и веточками укропа.

Помидоры с кукурузой, петрушкой, яйцами и сметаной «Гастрономические»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 200 г консервированной кукурузы, 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны, 1 пучок петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть.

Лук мелко нарежьте и обжарьте на сливочном масле. Добавьте кукурузу, измельченные яйца, рубленую зелень петрушки, соль и перец.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, полив сметаной.

Помидоры с оливками, сыром, чесноком, яйцами и майонезом «Штучные»

Ингредиенты:

8–10 помидоров, 1 банка оливок (без косточек), 100 г тертого сыра (любого), 5 яиц (сваренных вкрутую), 100 г майонеза, 2 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть. Яйца натрите на крупной терке, добавьте тертый сыр, измельченные оливки (оставив немного для украшения), пропущенный через пресс чеснок, майонез, рубленую зелень укропа, соль и перец.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, украсив оставшимися оливками.

Тушеный перец с красной фасолью, рисом, зеленым горошком, морковью, луком и укропом «Сытный»

Ингредиенты:

8–10 сладких перцев, 200 г консервированной красной фасоли, 100 г риса, 100 г консервированного зеленого горошка, 4 морковки, 2 луковицы, 1–2 лавровых листа, 1/2 пучка укропа, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

У сладкого перца удалите плодоножку и очистите его от семян. Рис сварите в подсоленной воде до полуготовности и охладите. Лук мелко нарежьте, морковь натрите на средней терке и половину нормы лука и моркови смешайте с рисом, фасолью и зеленым горошком.

Полученную начинку посолите, поперчите и тщательно перемешайте. Наполните ею подготовленный перец и обжарьте его на оливковом масле. Оставшиеся морковь и лук обжарьте на сливочном масле и поверх уложите обжаренный фаршированный перец. Положите лавровый лист, влейте немного воды, посолите, поперчите и потушите до готовности. Подавайте, посыпав измельченной зеленью укропа.

Помидоры с брынзой, петрушкой, укропом, сметаной и лимонным соком «По-софийски»

Ингредиенты:

6–8 помидоров, 400 г брынзы, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка лимонного сока, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, соль.

Способ приготовления:

У помидоров срежьте верхушки и удалите мякоть.

Брынзу протрите через сито и смешайте с измельченной зеленью укропа. Посолите и заправьте сметаной, смешанной с лимонным соком.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные помидоры. Подавайте, украсив веточками петрушки и полив майонезом.

Запеченные кабачки с брынзой, помидорами, чесноком, майонезом, душицей и щавелем «Курортные»

Ингредиенты:

3–4 кабачка (молодых), 200 г брынзы, 2–3 помидора, 2 зубчика чеснока, 100 г майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1/2 чайные ложки сушеной молотой душицы, 1/2 пучка щавеля, 1/2 пучка петрушки, 1 чайная ложка растительного масла, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки разрежьте вдоль пополам и удалите семена. Брынзу вымочите в холодной кипяченой воде, обсушите и измельчите. Помидоры мелко нарежьте и смешайте с брынзой. Добавьте толченый чеснок, измельченную зелень петрушки, посолите, поперчите и заправьте сметаной.

Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные кабачки. Уложите в смазанную растительным маслом форму, посыпьте смесью из черного и красного перца и душицы. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав измельченным щавелем и полив майонезом.

Запеченные баклажаны с фасолью, сладким перцем, луком, чесноком, томатным соусом, шпинатом и кресс-салатом «Тихорецкие»

Ингредиенты:

4–5 баклажанов, 200 г белой фасоли, 2 сладких перца, 2 редиски (крупных), 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 100 г томатного соуса, 2 столовые ложки сметаны, 1/2 пучка шпината, 1/2 пучка кресс-салата, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны разрежьте вдоль пополам, удалите мякоть и мелко ее нарежьте. Предварительно замоченную на ночь фасоль сварите в подсоленной воде до готовности.

У сладкого перца удалите плодоножку, семена и нарежьте полукольцами. Лук и чеснок мелко нарежьте и вместе с мякотью баклажанов обжарьте на растительном масле. Смешайте все подготовленные продукты с фасолью, измельченной зеленью шпината, посолите, поперчите и заправьте сметаной. Полученную начинку тщательно перемешайте и наполните ею подготовленные баклажаны. Уложите в смазанную растительным маслом форму, поперчите и полейте томатным соусом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, украсив кружками редиса и посыпав кресс-салатом.

Кабачки, фаршированные говядиной и солеными огурцами

Ингредиенты:

2 кабачка, 500 г говядины, 100 г риса, 2–3 соленых огурца, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, 2 луковицы, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать поперек кусками толщиной 6–8 см, вырезать часть мякоти, чтобы получились корзиночки.

Рис промыть, варить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на сито. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть. Огурцы нарезать маленькими кубиками. Говядину промыть, нарезать, пропустить через мясорубку.

Лук и огурцы выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить 1–2 минуты, затем добавить мясной фарш, посолить, поперчить, жарить 7 минут, периодически перемешивая. Затем добавить укроп, петрушку и рис, посолить, поперчить, перемешать.

Наполнить приготовленной начинкой корзиночки из кабачков, выложить в глубокую форму, влить немного воды и запекать в предварительно разогретой духовке до готовности. При подаче к столу полить сметаной и украсить веточками зелени.

Кабачки, фаршированные печенью и морковью

Ингредиенты:

2 кабачка, 500 г говяжьей печени, 100 г риса, 2–3 морковки, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, 2 луковицы, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать поперек кусками толщиной 6–8 см, вырезать часть мякоти, чтобы получились небольшие корзиночки.

Рис промыть, варить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на сито. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек оставить для украшения).

Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке.

Печень промыть, крупно нарезать, варить в подсоленной воде до полуготовности, затем пропустить через мясорубку.

Лук и морковь выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить 1–2 минуты, затем добавить фарш из печени, посолить, поперчить, жарить еще 3–4 минуты, периодически перемешивая. Затем добавить рис и зелень, посолить, поперчить, перемешать.

Наполнить приготовленной начинкой корзиночки из кабачков, выложить в глубокую форму, влить немного воды и запекать в предварительно разогретой духовке до готовности. При подаче к столу полить сметаной и украсить веточками зелени.

Кабачки, фаршированные курицей и кукурузой

Ингредиенты:

2 кабачка, 500 г белого мяса курицы, 100 г риса, 2–3 морковки, 100 г консервированной кукурузы, 2 помидора, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, 2 луковицы, 1 пучок базилика, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать поперек кусками толщиной 6–8 см, вырезать часть мякоти, чтобы получились корзиночки.

Рис промыть, варить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на сито. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Зелень базилика и петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек отложить для украшения). Помидоры вымыть, нарезать дольками. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Мясо курицы промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку.

Лук и морковь выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить 1–2 минуты, затем добавить фарш из курицы, посолить, поперчить, жарить еще 3–4 минуты, периодически перемешивая. Затем добавить зелень, консервированную кукурузу и рис, посолить, поперчить, перемешать.

Наполнить приготовленной начинкой корзиночки из кабачков, выложить в глубокую форму, влить немного воды и запекать в предварительно разогретой духовке до готовности. При подаче к столу полить сметаной, оформить дольками помидоров и оставшимися веточками зелени.

Кабачки, фаршированные курицей и грибами

Ингредиенты:

2 кабачка, 500 г белого мяса курицы, 300 г шампиньонов, 100 г риса, 2 помидора, 100 мл сливок, 50 мл растительного масла, 2 луковицы, 1 пучок базилика, 1 пучок петрушки, 1 пучок салата, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать поперек кусками толщиной 6–8 см, вырезать часть мякоти, чтобы получились корзиночки.

Шампиньоны промыть, нарезать ломтиками. Рис промыть, варить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на сито. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень базилика и петрушки вымыть, нарезать (несколько веточек отложить для украшения). Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Листья салата вымыть. Мясо курицы промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку.

Лук и шампиньоны выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить 1–2 минуты, затем добавить фарш из курицы, посолить, поперчить, жарить еще 3–4 минуты, периодически перемешивая. Затем добавить зелень и рис, посолить, поперчить, перемешать.

Наполнить приготовленной начинкой корзиночки из кабачков, выложить в глубокую форму, полить сливками и запекать в предварительно разогретой духовке до готовности. Выложить на блюдо, выстланное листьями салата, оформить кружочками помидоров и оставшимися веточками зелени.

Помидоры, фаршированные бараниной и зеленым горошком

Ингредиенты:

400 г баранины, 100 г риса, 8 помидоров, 1 яйцо, 150 г свежего или замороженного зеленого горошка, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, 50 г тертого сыра (любого), 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 1 лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину промыть, отварить в подсоленной воде с добавлением лаврового листа, пропустить через мясорубку. Бульон процедить.

Рис сварить в подсоленной воде, остудить, смешать с мясным фаршем, горошком, панировочными сухарями, яйцом, перцем и солью. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, полить растопленным сливочным маслом, выложить в форму, добавить немного бульона из баранины и запекать в разогретой духовке до готовности.

При подаче к столу посыпать сыром, зеленью укропа и петрушки.

Помидоры, фаршированные бараниной, рисом и кукурузой

Ингредиенты:

8 помидоров (крупных), 400 г баранины (вареной), 100 г риса, 100 г консервированной кукурузы, 100 г сметаны, 50 г сыра (любого), 1 луковица, 100 мл куриного бульона, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2 пучка зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину нарезать, пропустить через мясорубку. Рис промыть, отварить в подсоленной воде. Сыр натереть на крупной терке. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Помидоры вымыть, срезать верхушки, вынуть семена и часть мякоти. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в растительном масле. Добавить мясной фарш, кукурузу, рис и кинзу, посолить, поперчить, перемешать.

Наполнить приготовленной начинкой помидоры, выложить их в форму для запекания, посыпать сыром и влить бульон. Запекать в духовке или микроволновой печи до готовности, при подаче к столу полить сметаной.

Помидоры, фаршированные бараниной и кинзой

Ингредиенты:

6–7 помидоров (крупных), 400 г баранины, 2 пучка кинзы, 2 зубчика чеснока, 100 г риса (вареного), красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину промыть, отварить в подсоленной воде. Чеснок очистить, вымыть. Зелень кинзы вымыть, мелко нарезать (несколько веточек оставить для украшения). Для приготовления начинки баранину пропустить через мясорубку вместе с чесноком, добавить рис и кинзу, посолить, поперчить, перемешать.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, добавить немного воды и запекать в разогретой духовке до готовности.

При подаче к столу украсить помидоры оставшимися веточками зелени.

Помидоры, фаршированные свининой и морковью

Ингредиенты:

6–7 помидоров (крупных), 350 г свинины, 1 луковица, 3 морковки, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 30 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Свинину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с предварительно очищенным и вымытым луком. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Для приготовления начинки морковь выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить 2–3 минуты, затем добавить мясной фарш, посолить, поперчить и жарить 2–3 минуты, периодически перемешивая.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, добавить немного воды и запекать в разогретой духовке до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа и петрушки.

Помидоры, фаршированные курицей, с греческим соусом

Ингредиенты:

6–7 помидоров (крупных), 350 г белого мяса курицы, 100 г риса (вареного), 1 луковица, 1 пучок зеленого салата, 200 мл оливкового масла (холодного отжима), 100 г ядер миндаля, 1 головка чеснока, 40 мл белого винного уксуса, 1 ломтик белого хлеба, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо курицы промыть, пропустить через мясорубку вместе с предварительно очищенным и вымытым луком, добавить рис, поперчить, посолить, перемешать. Листья салата вымыть, обсушить.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, добавить немного воды и запекать в разогретой духовке до готовности.

Для приготовления соуса миндаль обдать кипятком, очистить от кожицы, подсушить.

С хлеба срезать корочку, замочить в небольшом количестве холодной кипяченой воды, отжать.

Чеснок очистить, вымыть, растолочь с солью в ступке.

Добавить миндаль и толочь до тех пор, пока не образуется однородная масса. Добавить хлеб, перемешать. В полученную массу при постоянном помешивании влить оливковое масло и уксус, при необходимости добавить еще соли.

Готовые помидоры выложить на блюдо, выстланное листьями салата, отдельно подать соус.

Помидоры, фаршированные свининой и луком-пореем

Ингредиенты:

6–7 помидоров (крупных), 400 г свинины (отварной), 100 г риса, 1 стебель лука-порея, 100 г майонеза, 1 пучок базилика, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Лук-порей вымыть, мелко нарезать белую часть. Зелень базилика вымыть, нарубить (несколько веточек отложить для украшения).

Свинину пропустить через мясорубку, добавить рис, базилик и лук-порей, посолить и поперчить.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, добавить немного воды и запекать в духовке или микроволновой печи до готовности.

При подаче к столу полить помидоры майонезом и украсить листиками базилика.

Помидоры, фаршированные свининой и гречневой кашей

Ингредиенты:

6 помидоров (крупных), 200 г свинины (вареной), 1 луковица, 30 г сливочного масла, 100 г гречневой крупы, 1 пучок петрушки, 100 г сметаны, перец, соль.

Способ приготовления:

Гречневую крупу промыть, сварить на воде рассыпчатую кашу. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, жарить на сковороде в сливочном масле до готовности. Зелень петрушки вымыть, нарезать.

Для приготовления начинки свинину пропустить через мясорубку, добавить гречневую кашу и лук, посолить, поперчить.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать начинкой, выложить в форму, добавить немного воды, полить сметаной и запекать в разогретой духовке до готовности. При подаче к столу посыпать помидоры зеленью петрушки.

Помидоры, фаршированные курицей и каперсами

Ингредиенты:

6 помидоров (крупных), 300 г мяса курицы (отварного), 1 луковица-шалот,50 г каперсов, 100 мл сливок, 100 г сыра (любого), 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук-шалот очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек отложить для украшения). Каперсы нарубить, сыр натереть на мелкой терке.

Для приготовления начинки мясо курицы мелко нарубить или пропустить через мясорубку, добавить лук-шалот, каперсы, зелень и сливки, посолить, поперчить, перемешать.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, посыпать сыром и запекать в разогретой духовке до готовности. При подаче к столу украсить помидоры оставшимися веточками зелени.

Помидоры, фаршированные курицей и орехами

Ингредиенты:

8 помидоров (крупных), 350 г мяса курицы (отварного), 100 г очищенных грецких орехов, 100 г риса (вареного), 100 г сметаны, 1 зубчик чеснока, 1 пучок петрушки, 1 пучок кинзы, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень петрушки и кинзы вымыть, мелко нарезать (несколько веточек отложить для украшения).

Орехи подсушить в духовке и нарубить. Мясо курицы пропустить через мясорубку, добавить рис, орехи, зелень и сметану, посолить, поперчить, перемешать.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, добавить немного воды и запекать в разогретой духовке до готовности.

При подаче к столу украсить оставшимися веточками зелени.

Помидоры, фаршированные индейкой, с франкфуртским соусом

Ингредиенты:

8 помидоров (крупных), 400 г мяса индейки (вареного), 1 луковица, 50 г сливочного масла, 100 г риса (вареного), 2 яйца, 180 мл растительного масла, 50 г сметаны, 50 г майонеза, 50 г творога, 40 мл лимонного сока, по 1 пучку зеленого лука, петрушки, эстрагона, базилика и бораго, 10 г сахара, белый молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Для приготовления начинки лук очистить, вымыть, нарезать, спассеровать в сливочном масле, добавить рис и мелко нарубленное или пропущенное через мясорубку мясо индейки, посолить и поперчить.

Для приготовления соуса зеленый лук и пряную зелень вымыть, обсушить, мелко нарезать, смешать с растительным маслом и лимонным соком. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и нарубить.

Майонез соединить с творогом и сметаной, добавить 125 мл горячей кипяченой воды, взбивать в блендере до получения однородной массы. Затем добавить яйца, смесь зелени и масла, сахар, перец и соль, перемешать.

Помидоры вымыть, вырезать часть мякоти с семенами, нафаршировать подготовленной начинкой, выложить в форму, добавить немного воды и запекать в разогретой духовке до готовности.

Выложить помидоры на блюдо, подать к столу с соусом.

Болгарский перец, фаршированный свининой, грибами и луком

Ингредиенты:

10 стручков болгарского перца, 300 г свинины, 300 г вешенок, 2 луковицы, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки кетчупа, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Свинину промыть, пропустить через мясорубку. Стручки болгарского перца вымыть и аккуратно удалить семена, сделав круговой надрез у плодоножки. Грибы мелко нарезать, припустить в небольшом количестве подсоленной воды. Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Грибы перемешать с мясным фаршем и луком, посолить, наполнить этой смесью стручки перца, выложить их в форму, добавить масло, залить небольшим количеством воды, добавить сметану и кетчуп, поставить в разогретую до 180 ˚С духовку на 10 минут.

Готовый перец выложить на блюдо, полить оставшимся от тушения соусом и посыпать зеленью.

Болгарский перец, фаршированный печенью, рисом и кукурузой

Ингредиенты:

10 стручков болгарского перца, 250 г свиной печени (вареной), 100 г риса, 100 г консервированной кукурузы, 2 морковки, 1 луковица, 3 столовые ложки томатной пасты, лавровый лист, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок базилика, соль.

Способ приготовления:

Стручки болгарского перца вымыть и аккуратно удалить семена, сделав круговой надрез у плодоножки. Лук очистить, вымыть и нарубить. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Зелень базилика вымыть, нарубить.

Свиную печень нарезать, пропустить через мясорубку. Рис промыть, замочить на 10 минут в холодной воде, затем перемешать с печенью, кукурузой, луком и морковью, посолить, нафаршировать этой смесью стручки перца. Выложить перец в глубокую форму, добавить растительное масло, влить немного воды, поставить в разогретую до 200 ˚С духовку на 15 минут, затем положить томатную пасту, лавровый лист и запекать до готовности при температуре 150 ˚С.

Выложить перец на блюдо, посыпать базиликом и подать к столу.

Болгарский перец со свининой и орехами

Ингредиенты:

10–12 стручков болгарского перца, 250 г свинины, 200 мл мацони, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 200 мл овощного бульона, 100 г риса, 2 помидора, 1 луковица, 1 морковка, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, 1 стручок красного острого перца, соль.

Способ приготовления:

Свинину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку. Болгарский перец вымыть, удалить семена.

Острый перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать.

Рис промыть, варить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на сито. Смешать фарш, рис, острый перец, орехи, лук, полученной начинкой наполнить перец.

Помидоры вымыть, мелко нарезать. Морковь очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить.

На дно формы положить овощи, на них — фаршированный перец. Добавить бульон и поставить в разогретую до 180 °C духовку на 20 минут.

Готовый перец выложить на блюдо, полить мацони, посыпать зеленью петрушки и укропа.

Болгарский перец, фаршированный говядиной, капустой и грибами

Ингредиенты:

10–12 стручков болгарского перца, 350 г говядины, 300 г капусты, 100 г маринованных шампиньонов, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 5 зубчиков чеснока, 300 мл грибного бульона, 3 столовые ложки сметаны, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, приправа для овощей, перец, соль.

Способ приготовления:

Говядину промыть, нарезать, пропустить через мясорубку. Капусту вымыть, нашинковать, перетереть с солью. Корень петрушки и корень сельдерея вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Перец вымыть, срезать плодоножки, удалить семена. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Грибы нарезать небольшими кусочками. Капусту, грибы, коренья, зелень петрушки смешать и оставить на 1–2 часа, затем добавить мясной фарш, перемешать.

Нафаршировать перец приготовленной смесью, уложить в глубокую форму, влить бульон и поставить в разогретую до 180 ˚С духовку на 30 минут. Добавить сметану, чеснок, перец, приправу и запекать еще 20–25 минут.

Готовый перец выложить на блюдо, полить образовавшимся при запекании соусом и посыпать укропом.

Болгарский перец, фаршированный мясом, морковью и кукурузой

Ингредиенты:

10–12 стручков болгарского перца, 350 г свинины, 200 г говядины, 2 морковки, 100 г консервированной кукурузы, 100 г коричневого риса (отварного), 50 г сливочного масла, 100 мл острого томатного соуса, 2 столовые ложки рубленого базилика, соль.

Способ приготовления:

Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку. Стручки болгарского перца вымыть и аккуратно удалить семена, сделав круговой надрез у плодоножки. Морковь очистить, вымыть и натереть на мелкой терке.

Мясной фарш перемешать с рисом, кукурузой и морковью, посолить, наполнить смесью стручки перца, выложить их в смазанную сливочным маслом глубокую форму, влить немного воды, запекать в микроволновой печи или духовке до готовности. При подаче к столу полить перец томатным соусом и посыпать базиликом.

Болгарский перец, фаршированный мясом и шампиньонами

Ингредиенты:

12–15 стручков болгарского перца, 550 г мясного фарша, 500 г шампиньонов, 1 луковица, 200 г риса (отварного), 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки рубленой зелени укропа, соль.

Способ приготовления:

Стручки болгарского перца вымыть и аккуратно удалить семена, сделав круговой надрез у плодоножки. Грибы перебрать, промыть, очистить и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарубить.

Грибы перемешать с луком, выложить на сковороду, добавить растительное масло, обжарить до золотистого цвета, затем добавить мясной фарш, посолить, влить немного воды, тушить до готовности, остудить, смешать с рисом и наполнить этой смесью стручки перца.

Выложить перец в глубокую форму, добавить смесь сметаны и майонеза, влить немного воды, запекать в микроволновой печи при мощности 100 % в течение 2 минут. При подаче к столу посыпать укропом.

Болгарский перец, фаршированный мясом кролика и грибами

Ингредиенты:

8–10 стручков болгарского перца, 400 г мяса кролика, 150 г шампиньонов, 50 г риса, 1 луковица, 3 столовые ложки томатной пасты, 50 г сливочного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, соль.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть и аккуратно удалить семена, сделав круговой надрез у плодоножки.

Лук очистить и крупно нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить (несколько веточек оставить для украшения). Шампиньоны промыть.

Мясо кролика промыть, пропустить через мясорубку вместе с шампиньонами и луком, перемешать с рисом и зеленью, посолить. Нафаршировать полученной смесью перец, выложить в глубокую форму, влить немного воды, добавить сливочное масло и поставить в разогретую до 200 ˚С духовку на 15 минут, затем положить томатную пасту и готовить при температуре 160 ˚С еще 10 минут. При подаче к столу украсить оставшимися веточками зелени.

Паровые котлеты из говядины с кабачками и грибами

Ингредиенты:

500 г говядины, 50 г риса, 1 луковица, 1 яйцо, 300 г кабачков, 100 г шампиньонов, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить рис и яйцо. Кабачки вымыть, очистить, нарезать кубиками. Грибы промыть, очистить, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Кабачки и грибы выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить на среднем огне, посолить, тушить на слабом огне до готовности, охладить, смешать с фаршем. Из фарша сформовать котлеты, варить на пару до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Котлеты из говядины с кабачками

Ингредиенты:

300 г говядины, 100 г кабачков, 1 луковица, 1 яйцо, 20 г майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Кабачок вымыть и крупно нарезать. Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и кабачком, в фарш добавить яйцо, майонез и соль. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Из фарша сформовать котлеты, выложить их на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Котлеты из говядины с капустой

Ингредиенты:

400 г говядины, 1 луковица, 1 ломтик батона, 50 мл молока, 1 яйцо, 200 г белокочанной капусты, 1 морковка, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, 1/2 чайной ложки сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Ломтик батона замочить в молоке. Говядину промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и ломтиком батона. Капусту вымыть, мелко нарезать, перетереть с солью и сахаром, полить уксусом. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Зелень укропа вымыть.

В фарш добавить яйцо, морковь, капусту соль и перец. Из фарша сформовать котлеты, выложить их на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить до готовности. При подаче к столу украсить веточками укропа.

Котлеты из свинины с кабачками

Ингредиенты:

500 г свинины, 200 г кабачков, 2 луковицы, 20 г манной крупы, 40 г панировочных сухарей, 30 мл растительного масла, 50 мл кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком. Кабачки вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. В фарш добавить кабачки, манную крупу, перец и соль. Сформовать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, жарить до готовности, полить кетчупом.

Котлеты с болгарским перцем и сельдереем

Ингредиенты:

500 г свинины, 2 стручка болгарского перца, 1 стебель сельдерея, 2 луковицы, 1 яйцо, 2 зубчика чеснока, 50 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук и чеснок очистить, вымыть, измельчить. Болгарский перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Сельдерей вымыть, мелко нарезать. Лук, болгарский перец и сельдерей выложить на сковороду с разогретым растительным маслом (20 мл), обжарить.

Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, чеснок, обжаренные овощи, посолить, поперчить.

Сформовать котлеты, выложить на сковороду с разогретым оставшимся растительным маслом, жарить до готовности.

Котлеты с помидорами черри и сыром

Ингредиенты:

400 г свинины, 300 г говядины, 150 г помидоров черри, 40 г панировочных сухарей, 1 луковица, 2 яйца, 10 мл растительного масла, 150 г сыра (любого), соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть. Сыр натереть на крупной терке. Помидоры вымыть. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить яйца, панировочные сухари и соль.

Сформовать большие котлеты, сделать в середине каждой углубление, положить помидор, посыпать сыром. Выложить в смазанную растительным маслом форму, запекать в микроволновой печи в течение 10 минут при мощности 100 %.

Котлеты из курицы и болгарского перца в томате

Ингредиенты:

500 г куриного фарша, 1 луковица, 1 яйцо, 2 стручка болгарского перца, 100 г панировочных сухарей, 150 г томатной пасты, 100 мл красного вина, 40 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, измельчить. Болгарский перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Фарш перемешать с луком, болгарским перцем и яйцом, посолить и поперчить, сформовать котлеты, обвалять в панировочных сухарях, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить, влить смесь из томатной пасты и вина, тушить до готовности.

Зразы из говядины с квашеной капустой

Ингредиенты:

600 г говядины, 2 ломтика батона, 100 мл молока, 50 мл томатного соуса, 2 луковицы, 250 г квашеной капусты, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа, 1 чайная ложка семян тмина, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить. Квашеную капусту мелко нарезать, выложить на сковороду с топленым маслом, добавить лук, жарить 2–3 минуты, затем посыпать тмином, влить немного воды и тушить под крышкой на слабом огне 5 минут.

Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке батоном, посолить, поперчить и перемешать.

Сделать из фарша лепешки, положить на середину каждой немного начинки из капусты и лука, сформовать зразы, запанировать их в сухарях и обжарить в растительном масле. При подаче к столу полить томатным соусом и посыпать зеленью укропа.

Зразы из говядины с солеными огурцами и каперсами

Ингредиенты:

600 г говядины, 2 ломтика белого хлеба, 1 яйцо, 100 мл молока, 300 г соленых огурцов, 120 мл сока, образовавшегося при запекании мяса, 250 мл говяжьего бульона, 50 г каперсов, 2 луковицы, 1 морковка, 70 мл оливкового масла, 30 г сладкой горчицы, 20 г сливочного масла, 30 г муки, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок укропа, специи, соль.

Способ приготовления:

Для приготовления соуса морковь очистить, вымыть, нарезать маленькими кубиками или натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Каперсы нарубить. Морковь и лук выложить на сковороду с разогретым оливковым маслом (30 мл), жарить до светло-золотистого цвета, затем посыпать мукой, добавить сливочное масло и жарить еще 3 минуты на слабом огне, периодически помешивая.

Влить в сковороду мясной сок и бульон, довести до кипения при постоянном помешивании, готовить 3–4 минуты. Добавить в подливу каперсы, часть зелени укропа и петрушки, приправить и посолить по вкусу. Огурцы нарезать маленькими кубиками.

Говядину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке хлебом, добавить яйцо, посолить, поперчить и перемешать.

Сделать из фарша лепешки, положить на середину каждой соленые огурцы, сформовать зразы, запанировать их в сухарях и обжарить в оливковом масле. Выложить зразы на блюдо, полить соусом и украсить веточками укропа и петрушки.

Зразы из свинины с морковью и помидорами

Ингредиенты:

700 г свинины, 1 клубень картофеля, 1 яйцо, 2–3 помидора, 2 морковки, 1 луковица, 1 столовая ложка топленого масла, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 пучок петрушки, 1 пучок базилика, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать маленькими кубиками. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке, выложить на сковороду с топленым маслом, жарить 4 минуты, добавить помидоры, посолить, поперчить и снять с огня. Зелень петрушки и базилика вымыть, нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать.

Картофель очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. Свинину промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить тертый картофель и яйцо, посолить, поперчить, перемешать.

Сделать из фарша лепешки, положить на середину каждой немного начинки, сформовать зразы, запанировать их в сухарях и обжарить в растительном масле.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки и базилика.

Зразы из баранины с луком и кинзой

Ингредиенты:

600 г баранины, 1 клубень картофеля, 3–4 луковицы, 2 пучка кинзы, 1 яйцо, 1 столовая ложка бараньего жира, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки панировочных сухарей, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Зелень кинзы вымыть, нарезать (несколько веточек отложить для украшения). Лук очистить, вымыть, нарезать, жарить в бараньем жире до золотистого цвета, смешать с рубленой зеленью и посолить.

Картофель очистить, вымыть, натереть на мелкой терке. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку, добавить тертый картофель и яйцо, посолить, поперчить, перемешать.

Сделать из фарша лепешки, положить на середину каждой немного начинки, сформовать зразы, запанировать их в сухарях и обжарить в растительном масле. При подаче к столу украсить оставшимися веточками кинзы.

Голубцы с говядиной

Ингредиенты:

350 г говядины, 10–15 капустных листьев, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок петрушки, 30 г майонеза, 20 г томатной пасты, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами и обжарить в растительном масле. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, добавить зелень петрушки и тщательно перемешать. Выложить фарш на вымытые капустные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму.

Обжаренный лук положить в глубокую сковороду, сверху выложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить томатную пасту, майонез и тушить до готовности.

Голубцы с говядиной, рисом и морковью

Ингредиенты:

400 г говядины, 15–20 капустных листьев, 50 г риса, 3 морковки, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок укропа, 100 мл томатного соуса, соль, перец.

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами и обжарить в растительном масле. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Фарш посолить, поперчить, добавить рис, морковь, зелень укропа и тщательно перемешать. Выложить фарш на капустные листья и свернуть в виде конвертов.

Обжаренный лук положить в глубокую сковороду, сверху выложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить томатный соус и тушить до готовности.

Голубцы с говядиной и шампиньонами

Ингредиенты:

8 капустных листьев, 300 г говядины, 150 г шампиньонов, 20 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, 1 луковица, лавровый лист, приправа для мяса, перец, соль.

Способ приготовления:

Шампиньоны промыть, очистить, нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с грибами и луком. Фарш посолить, поперчить, выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом и тушить в течение 5 минут.

Капустные листья вымыть. На середину капустных листьев положить фарш, свернуть. Изделия выложить в глубокую сковороду, влить немного воды, тушить 10 минут, добавить приправу, лавровый лист, растительное масло, тушить до готовности.

Голубцы с говядиной в сметане

Ингредиенты:

400 г говядины, 8 капустных листьев, 1 луковица, 1 морковка, 150 г сметаны, 1/2 пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

Говядину промыть. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с мясом, посолить, поперчить. Капустные листья вымыть, положить на них фарш, свернуть.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Голубцы выложить в глубокую сковороду, влить немного воды, тушить 15 минут. Положить морковь, тушить еще 5 минут, добавить сметану, тушить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Голубцы по-запорожски

Ингредиенты:

8–10 капустных листьев, 300–400 г свинины, 100 г копченого сала, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, 70 г сметаны, лавровый лист, 20 мл растительного масла, 4–5 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления:

Капустные листья вымыть. Лук очистить, вымыть и разрезать на четверти. Свинину промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком и салом, добавить яйцо, соль и тщательно перемешать.

В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, уложить в кастрюлю с толстым дном, залить небольшим количеством кипящей воды, добавить томатную пасту, растительное масло, лавровый лист, перец горошком, тушить до готовности.

При подаче к столу смазать сметаной, полить оставшимся от тушения соусом.

Жареные голубцы со свининой и брынзой

Ингредиенты:

500 г свинины, 50 г риса (вареного), 100 г брынзы, 1 вилок белокочанной капусты (средний), 80 мл растительного масла, 100 г панировочных сухарей, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, снять листья, обдать их кипятком. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с брынзой. Фарш посолить, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом (30 мл), обжарить, довести до готовности на среднем огне, смешать с рисом.

На листья капусты выложить фарш, свернуть конвертом. Голубцы обвалять в панировочных сухарях, выложить на сковороду с оставшимся разогретым растительным маслом, обжарить.

Голубцы с бараниной и зеленью кинзы

Ингредиенты:

350 г баранины, 8–10 капустных листьев, 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок кинзы, 10 мл лимонного сока, 50 г майонеза, 30 г томатной пасты, 5 г тмина, лавровый лист, корица на кончике ножа, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами и обжарить в растительном масле. Капустные листья вымыть, обдать кипятком и сбрызнуть лимонным соком. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, смешать с зеленью кинзы. Выложить фарш на капустные листья и свернуть, придав голубцам овальную форму. Обжаренный лук положить в кастрюлю, сверху выложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить майонез, тушить на слабом огне в течение 15 минут, положить томатную пасту, тмин, лавровый лист и корицу. Тушить до готовности.

Голубцы со смешанным фаршем и красным вином

Ингредиенты:

8–10 капустных листьев, 300 г говяжьего фарша, 100 г фарша из баранины, 50 г риса, 100 мл красного виноградного вина, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, лавровый лист, 4–5 горошин душистого перца, 20 мл растительного масла, молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Капустные листья вымыть. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Фарш смешать с луком и рисом, добавить яйцо, соль, молотый перец и тщательно перемешать.

В середину каждого капустного листа положить фарш. Листья свернуть конвертами, уложить в кастрюлю с толстым дном, добавить растительное масло, слегка обжарить, залить небольшим количеством кипящей воды, добавить томатную пасту, лавровый лист, перец горошком. Тушить 15 минут, влить вино, довести до готовности на слабом огне.

При подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом.

Голубцы с курицей, рисом и цукини

Ингредиенты:

10–15 капустных листьев, 450 г филе курицы, 50 г риса, 1 цукини (небольшой), 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок укропа, 100 г майонеза, 50 г панировочных сухарей, 1 яйцо, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу мелко нарезать и обжарить в растительном масле. Зелень укропа вымыть и нарубить. Цукини вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей и цукини. Фарш посолить, поперчить, добавить рис, яйцо и панировочные сухари, тщательно перемешать. Выложить фарш на вымытые капустные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму.

Обжаренный лук положить в глубокую сковороду, сверху выложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить майонез и тушить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа.

Голубцы с курицей, зеленым горошком и морковью

Ингредиенты:

15–20 капустных листьев, 400 г филе курицы, 50 г замороженного зеленого горошка, 3 морковки, 2 луковицы, 20 мл оливкового масла, 1 пучок зеленого лука, 50 г сливочного масла, 3 помидора, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами и обжарить в оливковом масле. Зеленый лук вымыть и нарубить. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками.

Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Фарш посолить, поперчить, добавить зеленый горошек и морковь, перемешать. Выложить фарш на капустные листья и свернуть в виде конвертов.

Обжаренный лук положить в глубокую сковороду, сверху выложить помидоры, затем голубцы. Влить небольшое количество воды, тушить 15 минут, положить сливочное масло, тушить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленым луком.

Голубцы с курицей, рисом и карри

Ингредиенты:

10–15 капустных листьев, 300 г филе курицы, 1 яйцо, 50 г риса, 20 г сливочного масла, 20 мл растительного масла, 1 луковица, 10 г карри, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Репчатый лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком.

Фарш посолить, поперчить, перемешать с яйцом, рисом, карри и размягченным сливочным маслом.

Капустные листья вымыть. На середину капустных листьев положить фарш, свернуть.

Изделия выложить в глубокую сковороду с разогретым растительным маслом, слегка обжарить, влить немного воды, добавить лавровый лист, тушить до готовности.

Голубцы с курицей и болгарским перцем

Ингредиенты:

10–15 капустных листьев, 400 г филе курицы, 2 стручка болгарского перца, 1 луковица, 1 яйцо, 1 морковка, 150 г майонеза, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо промыть. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена. 1 стручок измельчить, второй нарезать кольцами. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку вместе с мясом. Фарш посолить, поперчить, смешать с яйцом и измельченным болгарским перцем. Капустные листья вымыть, положить на них фарш, свернуть. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Голубцы выложить в глубокую сковороду, влить немного воды, тушить 15 минут. Положить морковь, кольца болгарского перца, тушить еще 5 минут, добавить майонез, тушить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа и петрушки.

Голубцы с уткой и яблоками

Ингредиенты:

10–15 капустных листьев, 300–400 г филе утки, 2 яблока, 3 луковицы, 1 яйцо, 40 г томатной пасты, лавровый лист, 20 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Капустные листья вымыть. Лук очистить, вымыть и крупно нарезать. Яблоки вымыть, удалить сердцевины, мелко нарезать.

Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить яйцо, соль, перец и тщательно перемешать. В середину каждого капустного листа положить фарш.

Листья свернуть конвертами, уложить в кастрюлю с толстым дном, добавить растительное масло, слегка обжарить, залить небольшим количеством кипящей воды, добавить томатную пасту, лавровый лист, тушить до готовности. При подаче к столу полить оставшимся от тушения соусом.

Голубцы из краснокочанной капусты с уткой, фасолью, кукурузой и щавелем

Ингредиенты:

500 г филе утки, 50 г фасоли (вареной), 50 г консервированной кукурузы, 100 г щавеля, 15–20 листьев краснокочанной капусты, 20 мл растительного масла, 150 мл томатного соуса, соль.

Способ приготовления:

Капустные листья вымыть, обдать кипятком. Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку. Фарш посолить, смешать с фасолью и кукурузой. На листья капусты выложить фарш, свернуть конвертом.

Щавель вымыть, крупно нарезать. Голубцы выложить в глубокую сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить, влить немного воды, добавить томатный соус, тушить 20 минут, положить щавель, тушить до готовности.

Голубцы с уткой под сырным соусом

Ингредиенты:

500 г филе утки, 15–20 капустных листьев, 50 г вареного риса, 150 г сыра (любого), 10 мл растительного масла, 50 г манной крупы, 20 г панировочных сухарей, 100 г майонеза, 3 зубчика чеснока, перец, соль.

Способ приготовления:

Капустные листья вымыть, обдать кипятком. Мясо промыть, крупно нарезать, отварить в подсоленной воде, пропустить через мясорубку. Бульон процедить. Сыр натереть на крупной терке.

Фарш смешать с рисом, поперчить. На листья капусты выложить фарш, свернуть конвертом. Майонез взбить с сыром и 100 мл бульона, добавить панировочные сухари. Чеснок очистить, вымыть, измельчить.

Голубцы выложить на смазанный растительным маслом и посыпанный манной крупой противень, залить соусом, поставить в разогретую до 200 °С духовку на 10 минут. При подаче к столу посыпать чесноком.

Голубцы с мясом гуся и черносливом

Ингредиенты:

350 г мяса гуся, 8–10 капустных листьев, 100 г чернослива (без косточек), 2 луковицы, 20 мл растительного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 100 г сметаны, 5 г карри, лавровый лист, мускатный орех на кончике ножа, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить и вымыть. 1 луковицу мелко нарезать и обжарить в растительном масле. Капустные листья вымыть, обдать кипятком. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить. Предварительно замоченный чернослив мелко нарезать.

Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, смешать с карри, мускатным орехом и черносливом.

Выложить фарш на капустные листья и свернуть, придав голубцам овальную форму. Обжаренный лук положить в кастрюлю, сверху выложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить сметану, тушить на слабом огне в течение 15 минут, положить лавровый лист, тушить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью укропа и петрушки.

Тефтели из свинины с овощным соусом

Ингредиенты:

500 г свиного фарша, 2 морковки, 2 стручка болгарского перца, 2 луковицы, 2 помидора, 1 яйцо, 30 г риса, 40 мл растительного масла, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кусочками. Зелень петрушки и укропа вымыть, измельчить.

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть, нарезать кружочками. В свиной фарш добавить рис, яйцо, перец и соль. Сформовать из фарша тефтели, выложить в глубокую сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить, влить немного воды, положить помидоры, морковь, лук, болгарский перец, лавровый лист, довести до готовности на слабом огне, посыпать зеленью.

Тефтели из свинины с цукини и свежими помидорами

Ингредиенты:

500 г свиного фарша, 1 морковка, 1 луковица, 4 помидора, 1 яйцо, 1 цукини, 30 г риса, 40 мл растительного масла, 1 пучок кинзы, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть, измельчить. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Морковь и цукини вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Помидоры вымыть, нарезать кружочками.

В свиной фарш добавить рис, лук, морковь, цукини, яйцо, перец и соль.

Сформовать из фарша тефтели, выложить в глубокую сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить, влить немного воды, положить помидоры и лавровый лист, довести до готовности на слабом огне, посыпать зеленью кинзы.

Тефтели по-украински

Ингредиенты:

500 г свиного и говяжьего фарша, 100 г свиного сала, 30 г риса, 2 стручка болгарского перца, 2 зеленых помидора, 1 луковица, 2 морковки, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, лавровый лист, 30 мл растительного масла, 1 яйцо, 4–5 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления:

Свиное сало промыть, нарезать кубиками и жарить до вытапливания жира. Шкварки смешать с фаршем, добавить рис и яйцо, посолить.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить. Болгарский перец, лук, морковь и помидоры обжарить в вытопленном жире.

Тефтели выложить в кастрюлю с толстым дном, обжарить в растительном масле, добавить обжаренные овощи, перец горошком, лавровый лист, влить немного воды, тушить до готовности, посыпать зеленью.

Тефтели «Московские»

Ингредиенты:

500 г говяжьего фарша, 1 яйцо, 4 зеленых помидора, 2 красных помидора, 1 стручок сладкого перца, 2 морковки, 2 луковицы, 50 мл растительного масла, 20 мл винного уксуса, соль.

Способ приготовления:

Фарш перемешать с яйцом и винным уксусом, посолить. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать полосками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Из фарша сформовать тефтели, выложить их в глубокую сковороду, слегка обжарить, переложить в смазанную растительным маслом форму, сверху выложить слоями красные помидоры, лук, зеленые помидоры, сладкий перец, морковь. Каждый слой посолить.

Поставить в разогретую до 200 ˚С духовку на 15 минут.

Тефтели с квашеной капустой по-русски

Ингредиенты:

500 г свиного и говяжьего фарша, 1 яйцо, 20 г сливочного масла, 300 г квашеной капусты, 2 морковки, 2 кислых яблока, 30 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Вымытые яблоки очистить, удалить сердцевины, нарезать соломкой.

Фарш перемешать с яйцом и морковью, посолить и поперчить. Сформовать тефтели, обжарить их в растительном масле, переложить в кастрюлю с толстым дном, добавить капусту, яблоки, влить немного воды, довести до кипения, положить сливочное масло, тушить до готовности.

Тефтели «Прибалтийские»

Ингредиенты:

500 г свиного фарша, 200 г куриного фарша, 1 яйцо, 30 г риса, 200 г краснокочанной капусты, 1 луковица (большая), 10 г тертого хрена, 1 кислое яблоко, 40 мл растительного масла, лавровый лист, корица на кончике ножа, гвоздика, 4–5 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления:

Фарш перемешать с яйцом и рисом, посолить. Сформовать тефтели, обжарить их в растительном масле. Капусту вымыть и нашинковать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Яблоко вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками.

Капусту бланшировать в подсоленной воде до полуготовности, затем добавить лук, яблоко, хрен, пряности и растительное масло. Полученную смесь на умеренном огне довести до кипения, положить тефтели, тушить до готовности на слабом огне.

Тефтели из баранины с патиссонами в медовом соусе

Ингредиенты:

500 г фарша из баранины, 70 г риса, 1 яйцо, 1 стручок горького перца, 1 стручок сладкого перца, 1 патиссон, 1 яблоко, 20 г меда, 20 мл яблочного уксуса, 30 г бараньего жира, соль.

Способ приготовления:

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать кольцами. Горький перец вымыть и измельчить. Патиссон вымыть, очистить и нарезать кусочками, вымытые яблоки — дольками. Фарш перемешать с горьким перцем, рисом и яйцом, посолить, сформовать тефтели, выложить в сковороду с разогретым жиром, обжарить, добавить патиссоны, сладкий перец и яблоко, влить немного воды, тушить 15 минут, положить мед, тушить до готовности. При подаче к столу сбрызнуть яблочным уксусом.

Тефтели из баранины с овощами

Ингредиенты:

500 г фарша из баранины, 1 яйцо, 100 г виноградных листьев, 1 пучок кинзы, 3 помидора, 2 луковицы, 2 стручка сладкого перца, 2 корня петрушки, 20 мл растительного масла, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами.

Корни петрушки вымыть, очистить, крупно нарезать. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Виноградные листья вымыть.

Фарш перемешать с яйцом и зеленью кинзы, посолить. Сформовать тефтели, обжарить их в растительном масле. В глубокую форму выложить слоями тефтели, помидоры, лук, корни петрушки и сладкий перец.

Овощи и тефтели прослоить виноградными листьями. Каждый слой посолить, добавить перец горошком. В форму влить немного воды, тушить в умеренно разогретой духовке до готовности.

Тефтели из курицы с овощами

Ингредиенты:

500 г куриного фарша, 1 баклажан, 2 стручка болгарского перца, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 2 помидора, 1 яйцо, 40 г риса, 40 мл растительного масла, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук и чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать. Баклажан и помидоры вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки и укропа вымыть, измельчить.

В фарш добавить рис, яйцо, перец и соль. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мелко нарезать. Сформовать из фарша тефтели, выложить в глубокую сковороду с разогретым растительным маслом вместе с баклажанами, обжарить, влить немного воды, положить помидоры, лук, болгарский перец, лавровый лист, довести до готовности на слабом огне, посыпать чесноком, зеленью петрушки и укропа.

Тефтели из курицы с овощами и маслинами

Ингредиенты:

500 г куриного фарша, 1 яйцо, 4 помидора, 1 стручок сладкого перца, 2 морковки, 2 луковицы, 100 г маслин (без косточек), 50 мл растительного масла, 50 мл красного вина, соль.

Способ приготовления:

Фарш перемешать с яйцом и вином, посолить. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать кусочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Маслины нарезать кружочками, перемешать с фаршем. Из фарша сформовать тефтели, выложить их в глубокую сковороду с растительным маслом, слегка обжарить, переложить в кастрюлю с толстым дном, добавить помидоры, лук, сладкий перец, морковь, посолить. Тушить до готовности на слабом огне.

Тефтели из куриной печени с овощами

Ингредиенты:

500 г куриной печени, 2 морковки, 2 стручка болгарского перца, 2 луковицы, 2 помидора, 2 баклажана, 1 яйцо, 50 г риса, 40 мл растительного масла, 1 пучок щавеля, 2 ломтика отрубного хлеба, 2 зубчика чеснока, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кусочками. Щавель вымыть, нарезать. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры и баклажаны вымыть, нарезать кружочками.

Печень промыть, пропустить через мясорубку вместе с отрубным хлебом, добавить рис, яйцо, перец и соль.

Сформовать из фарша тефтели, выложить в глубокую сковороду с разогретым растительным маслом вместе с баклажанами и луком, обжарить, влить немного воды, положить помидоры, морковь, болгарский перец, лавровый лист, тушить 15 минут, добавить щавель, довести до готовности на слабом огне, посыпать чесноком.

Фрикадельки из курицы на пару

Ингредиенты:

450 г куриного фарша, 3 картофелины, 2–3 огурца, 3–4 яйца (сваренных вкрутую), 100 г майонеза, 100 г замороженного зеленого горошка, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Яйца очистить и нарубить. Зелень петрушки вымыть и измельчить.

Из подсоленного куриного фарша сформовать фрикадельки, выложить их в корзину пароварки, готовить 10 минут, добавить картофель и зеленый горошек, готовить еще 10 минут.

Фрикадельки, картофель и зеленый горошек выложить на блюдо, поперчить, посыпать рублеными яйцами и зеленью петрушки, полить майонезом, оформить огурцами.

Фрикадельки из филе утки, тушенные с морковью и капустой

Ингредиенты:

1 кг филе утки, 4 морковки, 200 г белокочанной капусты, 30 мл растительного масла, 200 г сметаны, 2 яйца, 50 г панировочных сухарей, 3 луковицы, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать. Морковь и лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Мясо промыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку, добавить яйца, панировочные сухари, посолить, поперчить.

Сформовать фрикадельки, обжарить в растительном масле до образования золотистой корочки, затем переложить в глубокую сковороду, добавить лук, морковь, капусту, лавровый лист, сметану и залить водой так, чтобы жидкость покрывала содержимое не более чем на половину.

Тушить на слабом огне в течение 20 минут, затем выложить на блюдо, полить образовавшимся при тушении соусом.

Пирог со свининой и белыми с грибами

Ингредиенты:

1 кг дрожжевого теста, 500 г свинины (вареной), 100 г сух их белых грибов, 3 луковицы, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка маргарина, 1 яичный желток, перец, соль.

Способ приготовления:

Свинину крупно нарезать, пропустить через мясорубку. Грибы промыть, замочить на 30 минут в холодной воде, отварить, охладить и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле, добавить мясо, грибы, перец и соль. Полученную начинку охладить.

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, раскатать в пласт толщиной 1 см, выложить на середину начинку, поднять края и защипнуть. Выложить пирог на смазанный маргарином противень швом вниз, дать расстояться. Затем смазать взбитым желтком, сделать вилкой несколько проколов и поставить в предварительно разогретую духовку на 35–40 минут.

Пирожки с почками и солеными огурцами

Ингредиенты:

1 кг дрожжевого теста, 500 г отварных телячьих почек, 2–3 соленых огурца, 4–5 яиц (сваренных вкрутую), 2 столовые ложки сливочного масла, 2 луковицы, 1 столовая ложка маргарина, 1 яичный желток, перец.

Способ приготовления:

Телячьи почки пропустить через мясорубку или мелко нарубить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Огурцы очистить, нарезать маленькими кубиками и жарить вместе с луком в сливочном масле 5–7 минут. Добавить почки, очищенные и нарубленные яйца, поперчить, перемешать и охладить.

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, разделать на небольшие шарики, раскатать в лепешки толщиной 0,5 см, положить на каждую немного начинки. Слепить пирожки, выложить их на смазанный маргарином противень швами вниз. Дать расстояться, смазать взбитым желтком и выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности.

Пирожки с мясным фаршем и помидорами

Ингредиенты:

1 кг дрожжевого теста, 400 г свинины, 150 г говядины, 2 помидора, 2 луковицы, 2 столовые ложки отварного риса, 2 столовые ложки рыбного бульона, 2 столовые ложки рубленой зелени укропа и петрушки, 1 столовая ложка маргарина, 1 яичный желток, 1 чайная ложка тмина, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо промыть, отварить в подсоленной воде, пропустить через мясорубку. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, смешать с мясным фаршем. Добавить рис, зелень и бульон, посолить, поперчить.

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, разделать на небольшие шарики, раскатать в лепешки толщиной 0,5 см, положить на каждую немного начинки. Слепить пирожки, выложить их на смазанный маргарином противень швами вниз. Дать расстояться, смазать взбитым желтком, посыпать тмином и выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности.

Пирожки с говядиной и квашеной капустой

Ингредиенты:

1 кг дрожжевого теста, 400 г говядины (вареной), 700 г квашеной капусты, 2 луковицы, 50 мл грибного бульона, 2 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка маргарина, 1 яичный желток, 1 лавровый лист, 2 горошины душистого перца, соль.

Способ приготовления:

Говядину пропустить через мясорубку. Лук очистить, вымыть, нарезать, обжарить в топленом масле. Добавить капусту, лавровый лист и душистый перец, влить бульон и тушить под крышкой на слабом огне 15 минут.

Затем лавровый лист и перец вынуть, добавить мясной фарш, посолить, охладить.

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, разделать на небольшие шарики, раскатать в лепешки толщиной 0,5 см, положить на каждую немного начинки. Слепить пирожки, выложить их на смазанный маргарином противень швами вниз. Дать расстояться в теплом месте, затем смазать взбитым желтком и выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности.

Чебуреки с говядиной, картофелем, морковью и болгарским перцем

Ингредиенты:

500 г пшеничной муки, 400 г говядины (отварной), 100 г картофеля (вареного), 60 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г корней сельдерея, 60 г болгарского перца, 1 яйцо, 5 г сахара, 50 мл растительного масла, 120 г жира, 5 горошин черного перца, 5 г натертого хрена, 80 г сметаны, соль.

Способ приготовления:

Замесить тесто. Для этого соль и сахар растворить в горячей воде, добавить растительное масло. Эту смесь влить в муку, замесить тесто, затем добавить яйцо и тщательно вымесить. Оставить тесто на разделочном столе, прикрыв полотенцем, на 30 минут. Затем разделать на лепешки.

Приготовить фарш. Отварную говядину мелко нарубить, смешать с вареным картофелем, предварительно очищенным и размятым до состояния пюре. Добавить в фарш очищенные, вымытые и мелко нарубленные репчатый лук и болгарский перец. Морковь и корни сельдерея очистить, вымыть, натереть на терке, слегка отжать и положить в фарш. Добавить горошины черного перца, хрен, сметану и соль.

Все ингредиенты тщательно перемешать, положить в пакет и убрать в холодильник на 20 минут.

Фарш выложить на лепешки из теста, слепить чебуреки в форме полумесяца. Жарить их в разогретом жире до готовности. Подавать к столу горячими.

Шашлык

Шашлык из баранины с луком и помидорами

Ингредиенты:

500 г баранины, 200 г помидоров, 50 г репчатого лука, 100 г зеленого лука, 25 мл уксуса, 25 г сливочного масла, 1 лимон, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину (почечную часть или мякоть задней ноги) промывают, нарезают небольшими кусочками, складывают в эмалированную емкость, солят, посыпают перцем, добавляют предварительно половину очищенного, вымытого и мелко нарезанного лук, а также уксус, все перемешивают. Емкость накрывают крышкой и на 2–3 часа ставят в холодное место, чтобы баранина промариновалась.

Перед жареньем замаринованные куски баранины нанизывают на металлический вертел вперемежку с оставшимся луком, предварительно очищенным, вымытым и нарезанным кольцами. Жарят шашлык над горящими без пламени углями в течение 15–20 минут, периодически поворачивая шампуры, чтобы баранина равномерно прожарилась.

Помидоры, зеленый лук и лимон моют.

Готовый шашлык снимают с шампура, выкладывают на блюдо, поливают растопленным сливочным маслом и гарнируют зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками, и кусочками лимона. Кроме того, на гарнир к шашлыку можно подать отварной рис и сушеный молотый барбарис или гранатовый сок.

Шашлык из баранины по-кавказски

Ингредиенты:

1 кг 600 г баранины, 500 г помидоров, 50 г топленого бараньего сала, 100 г репчатого лука, 100 г зеленого лука, 100 мл 3 %-ного уксуса, 100 г соуса ткемали, 20 г сушеного барбариса, 1 лимон, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину промывают, лук очищают и моют, зелень, помидоры и лимон моют. Мясо баранины нарезают кубиками весом 30–40 г, солят, посыпают перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и измельченной зеленью петрушки, добавляют уксус, перемешивают, укладывают в неокисляющуюся емкость и ставят на холод на 4–6 часов.

По истечении указанного срока куски мяса нанизывают на шампуры, смазывают салом и жарят в мангале.

Готовые кусочки шашлыка снимают с шампуров и укладывают на блюдо, затем гарнируют репчатым луком из маринада, дольками помидоров и лимона и украшают перьями зеленого лука.

Отдельно подают к столу соус ткемали, а также сушеный молотый барбарис.

Шашлык по-китайски

Ингредиенты:

1 кг баранины, 200 г болгарского перца, 150 г репчатого лука, 50 г помидоров, 50 г яблок, 25 г соевого соуса, 15 г крахмала, 1 г глутамата натрия, 25 мл хереса (разведенный водой в соотношении 1:1), 1 яйцо, перец, соль.

Способ приготовления:

Мякоть баранины промывают и нарезают ломтиками длиной 3 см и толщиной 0,5–1 см. Репчатый лук очищают, моют и режут тонкими кольцами.

Болгарский перец, яблоки и помидоры моют, нарезают ломтиками, яблоки и помидоры — маленькими кубиками.

Ломтики баранины кладут в емкость, добавляют лук, яблоки и помидоры. В полученную смесь вливают соус, вино, добавляют соль, глутамат натрия и перец. Еще раз все хорошо перемешивают и маринуют в смеси из взбитого яйца и крахмала.

Маринуют 3 часа. Затем нанизывают вперемежку на короткие шампуры ломтики лука, баранины и сладкого перца и жарят 15–20 минут.

Шашлык из баранины с помидорами и чесноком

Ингредиенты:

1 кг баранины, 100 г репчатого лука, 100 г помидоров, 50 мл 3 %-ного уксуса, 2 зубчика чеснока, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо промывают, очищают от пленок, нарезают небольшими кусочками. Затем добавляют соль, перец, а также очищенный и вымытый репчатый лук, нарезанный кольцами, и помидоры, вымытые и нарезанные дольками.

Добавляют уксус. Все перемешивают и оставляют в уксусном маринаде на 6–8 часов.

Мясо нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями.

Для того чтобы мясо не подгорало, периодически сбрызгивают его маринадом.

Чоп-кебаб (1-й способ)

Ингредиенты:

2 кг баранины, 1 кг кабачков, 4 яйца, 150 г топленого масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину (мякоть задней ноги) промывают и нарезают кусочками. Кабачки моют, очищают от кожуры, нарезают кружочками и солят.

Мясо и кабачки вперемежку нанизывают на шампуры, после чего жарят в масле на сковороде до полуготовности.

После того как мясо и кабачки остынут, посыпают их перцем, смачивают во взбитых яйцах и вновь поджаривают.

К столу блюдо подают горячим. При желании на гарнир можно подать жареный картофель.

Чоп-кебаб (2-й способ)

Ингредиенты:

1 кг баранины, 200 г репчатого лука, 200 г болгарского перца, 150 г сливочного масла, 100 мл кислого молока, 1 яйцо, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Молодую баранину (задняя нога) промывают, нарезают кусочками и кладут в глиняную емкость или сковороду. Добавляют очищенный, вымытый и мелко нарезанный репчатый лук, вымытый и измельченный болгарский перец, сливочное масло, все перемешивают и запекают в духовом шкафу. Затем солят, посыпают молотым перцем, вливают немного воды и тушат мясо до полуготовности в духовке.

Затем мясо нанизывают на шампуры и жарят над углями. Готовый шашлык заливают кислым молоком, взбитым с сырым яйцом и солью, и запекают в духовке до образования аппетитной румяной корочки.

Кебаб

Ингредиенты:

1 кг баранины, 500 г помидоров, 300 г репчатого лука, 150 мл кислого молока, 100 мл воды, 100 г жира, 50 г пшеничной муки, 2 острых стручковых перца, 2 яйца, 50 мл 3 %-ного уксуса, 1 пучок петрушки, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очищают и моют, помидоры, перец и зелень моют. Мякоть баранины промывают, нарезают кусочками, нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями до полуготовности.

Затем снимают шашлык с шампуров в кастрюлю, добавляют ломтики свежих помидоров, мелко нарезанный репчатый лук и острый стручковый перец, перец красный молотый, жир и соль.

Все хорошо перемешивают, выкладывают в кастрюлю с толстым дном, вливают горячую воду, плотно закрывают крышкой и тушат на слабом огне в течение 2,5 часов.

Яйца взбивают с кислым молоком, добавляют муку, мелко нарезанную зелень петрушки и уксус. Этой смесью заливают кебаб и тушат еще 8–10 минут.

Кебаб с помидорами и белым вином

Ингредиенты:

500 г баранины, 300 г помидоров, 200 мл белого сухого вина, 3 г тмина, 2 г чабера, 1 лимон, 1 пучок зеленого лука, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину промывают, очищают от пленок и нарезают небольшими кусочками. Посыпают тмином, чабером, солью и красным перцем, заливают сухим вином и выдерживают в прохладном месте в течение 2–3 часов. Затем кусочки баранины нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями до готовности, время от времени поливая маринадом и переворачивая.

Помидоры моют, нарезают дольками, нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями до готовности.

Готовый кебаб и помидоры снимают с шампуров, укладывают на блюдо, поливают лимонным соком и украшают мелко нарубленным зеленым луком.

Шашлык из баранины с маринованными овощами

Ингредиенты:

500 г баранины, 100 г маринованных патиссонов, 100 г маринованного чеснока, 1 пучок зеленого лука, 1 лимон, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину промывают, очищают от пленок, нарезают кусочками по 35–40 г, солят, перчат, нанизывают на шампуры и жарят над углями.

Лимон и зеленый лук моют. Готовый шашлык украшают дольками лимона и перьями зеленого лука. На гарнир подают соленые и маринованные овощи.

Шашлык из баранины с яблоками и сладким перцем

Ингредиенты:

800 г баранины, 300 г яблок, 3 сладких перца, 60 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Баранину промывают, нарезают кусочками, солят, посыпают перцем. Яблоки моют, разрезают на четвертинки и удаляют сердцевину.

Сладкий перец моют и нарезают кольцами. Мясо нанизывают на шампуры, чередуя его с кусочками яблок и кружками перца. После этого мясо смазывают маслом и жарят, постоянно поворачивая шампуры.

Колбаски из баранины с помидорами

Ингредиенты:

1 кг баранины, 700 г помидоров, 200 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 50 мл 3 %-ного уксуса, 50 г жира, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и зеленый лук моют. Баранину (корейка или задняя нога) очищают от пленок, промывают и нарезают из расчета по 2 кусочка на порцию в виде широкой ленты.

Мясо слегка отбивают, солят, посыпают перцем, добавляют очищенный, вымытый и нарезанный тонкими кольцами репчатый лук, заливают уксусом и ставят в холодное место на 3–4 часа.

После этого на середину маринованного мяса укладывают нарезанные дольками помидоры и репчатый лук, с которым мариновали мясо, сворачивают его в виде колбаски. Нанизывают на шампуры сначала целый помидор, затем мясо и вновь целый помидор. Жарят над раскаленными углями, периодически смазывая жиром.

К столу шашлык подают, посыпав мелко нарезанным зеленым луком.

Шашлык из говядины с помидорами и луком

Ингредиенты:

1 кг 600 г говядины, 150 г помидоров, 50 г репчатого лука, 1/2 пучка зеленого лука, 10 г сливочного масла, 100 мл 3 %-ного уксуса, зелень петрушки и кинзы, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Говядину промывают, очищают от пленок, нарезают небольшими кусочками и укладывают слоями в эмалированную емкость, пересыпая каждый слой солью, перцем и сбрызгивая уксусом. Маринуют в прохладном месте в течение 2–3 часов.

Лук очищают, моют и режут кольцами. Помидоры моют и режут кружочками. Зеленый лук, зелень петрушки и кинзы моют.

Маринованное мясо нанизывают на шампуры вперемежку с кольцами репчатого лука и кружками помидоров, смазывают сливочным маслом и жарят над углями до готовности.

Подают к столу на шампурах, украсив зеленью.

Шашлык из телятины «Пряный»

Ингредиенты:

1 кг телятины, 200 г помидоров, 100 мл оливкового масла, 3 зубчика чеснока, 1 лимон, 1/2 пучка базилика, 1/2 пучка розмарина, 1/2 пучка орегано, 1/2 пучка тимьяна, 1/2 пучка майорана, перец чили, соль.

Способ приготовления:

Телятину промывают, очищают от пленок, нарезают небольшими кусочками и кладут в эмалированную емкость. Помидоры моют. Лимон моют, снимают с него острым ножом цедру и выжимают сок. Чеснок очищают и моют. Оливковое масло смешивают с лимонным соком, измельченным чесноком, лимонной цедрой, вымытой и измельченной пряной зеленью (несколько веточке уставляют для украшения), солью и перцем. Добавляют полученную смесь в телятину и ставят емкость с ней в прохладное место на 5–6 часов.

По прошествии указанного времени нанизывают кусочки телятины на шампуры и жарят над раскаленными углями до готовности.

Готовый шашлык украшают дольками помидоров, веточками пряной зелени и подают к столу.

Шашлык из свинины с помидорами

Ингредиенты:

1 кг свинины, 100 г помидоров, 100 г репчатого лука, 10 г сушеного базилика, 5 г сушеного эстрагона, 50 мл 3 %-ного уксуса, 2 зубчика чеснока, перец, соль.

Способ приготовления:

Мясо промывают, очищают от пленок и нарезают небольшими кусочками.

Затем добавляют базилик, эстрагон, соль, перец по вкусу, а также очищенные, вымытые и нарезанные репчатый лук и чеснок, вымытые и нарезанные дольками помидоры. Все перемешивают и ставят в прохладное место мариноваться на 4–5 часов.

Маринованное мясо нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями. Для того чтобы шашлык не подгорал, периодически сбрызгивают его смесью из уксуса, чеснока и перца (по вкусу).

Свинина по-русски

Ингредиенты:

1 кг 500 г свинины, 200 г репчатого лука, 300 г квашеной капусты, 50 г моченой брусники, 50 мл белого винного уксуса, 3–4 лавровых листа, перец, соль.

Способ приготовления:

Свинину промывают, разрезают на 3–4 крупных продолговатых куска и маринуют в смеси из уксуса, соли, перца, очищенного, вымытого и мелко нарезанного репчатого лука и измельченного лаврового листа в течение 2–3 часов.

Затем нанизывают куски на шампуры и жарят над раскаленными углями до готовности, периодически поворачивая и сбрызгивая маринадом.

Готовый шашлык снимают с шампуров, нарезают толстыми кусками поперек волокон и подают к столу с гарниром из квашеной капусты, смешанной с моченой брусникой.

Шашлык из говяжьего фарша с кабачками и булочкой

Ингредиенты:

600 г говяжьего фарша, 500 г кабачков (цукини), 300 г бекона, 50 г репчатого лука, 50 мл оливкового масла, 50 мл молока, 1 сладкий стручковый перец, 2 яйца, 1 булочка из пшеничной муки, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка укропа, перец, соль.

Способ приготовления:

В говяжий фарш добавляют предварительно размоченную в воде или молоке булочку, очищенный, вымытый, измельченный и обжаренный на оливковом масле репчатый лук, яйца, перец и соль. Из фарша формуют небольшие колбаски и заворачивают их в нарезанный тонкими пластинками бекон.

Кабачки моют, очищают от кожуры и нарезают крупными кусочками. Сладкий перец моют, очищают от семян и нарезают кольцами. На приготовленные шампуры нанизывают вперемежку колбаски, дольки кабачков и кольца перца. Жарят шашлык над раскаленными углями до полной готовности.

Готовый шашлык подают к столу, украсив вымытой и измельченной зеленью укропа и веточками петрушки.

Шашлык из курицы «Домашний»

Ингредиенты:

1 кг курицы, 300 г помидоров, 100 г репчатого лука, 50 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, 1 лимон, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка кинзы, перец, соль.

Способ приготовления:

Курицу промывают, нарезают небольшими кусочками и складывают в неглубокую эмалированную емкость. Добавляют лимонный сок, перец и соль, очищенный, вымытый и нарезанный кольцами лук, перемешивают и оставляют на 1–2 часа в прохладном месте.

Пока курица маринуется, готовят соус. Для этого помидоры моют, обдают кипятком и снимают кожицу. Затем протирают через сито, добавляют очищенный, вымытый и измельченный чеснок, вымытую и мелко нарезанную зелень петрушки и кинзы, солят и перемешивают.

Промаринованные кусочки курицы нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями до готовности.

Готовый шашлык выкладывают на блюдо, поливают приготовленным соусом и подают к столу.

Шашлык из цыплят с помидорами

Ингредиенты:

2 цыпленка, 200 г помидора, 60 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 60 мл 3 %-ного уксуса, 2 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Подготовленные тушки цыплят промывают, рубят на порционные куски, солят, перчат, натирают очищенным, вымытым и измельченным чесноком, сбрызгивают уксусом и маринуют в течение 2–3 часов.

Помидоры моют и нарезают на дольки. Лук очищают, моют и нарезают кольцами. Зелень моют. Затем на шампуры нанизывают попеременно куски мяса и дольки помидоров и жарят над раскаленными углями до готовности.

Готовый шашлык снимают с шампуров, украшают кольцами репчатого лука и веточками петрушки и подают к столу.

Шашлык из домашней птицы с солеными огурцами

Ингредиенты:

600 г филе курицы или индейки, 200 г яблок, 100 г соленых огурцов, 50 мл растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления:

Филе курицы или индейки промывают, нарезают кусочками весом 30–40 г, солят и перчат. Яблоки моют, разрезают на 4 части и удаляют сердцевину, лук моют, нарезают кольцами, соленые огурцы — кружочками.

Кусочки птицы, кольца лука и кружочки соленых огурцов нанизывают вперемежку на шампуры и жарят над раскаленными углями, постоянно переворачивая.

Шашлык ассорти с овощами

Ингредиенты:

300 г куриного филе, 300 г филе индейки, 200 г печени утки, 200 г болгарского перца, 200 г стручковой фасоли, 100 г репчатого лука, 30 мл белого винного уксуса, 30 мл растительного масла, 1 пучок укропа, перце, соль.

Способ приготовления:

Филе курицы и индейки, печень утки промывают, нарезают небольшими кусочками, складывают в эмалированную емкость, солят, перчат, сбрызгивают уксусом и маринуют в течение 30 минут.

Болгарский перец моют, очищают от семян и нарезают квадратиками, репчатый лук очищают, моют и нарезают кольцами. Кусочки курицы, индейки и печени нанизывают на шампуры вперемежку с квадратиками болгарского перца и кольцами лука, смазывают растительным маслом и жарят над раскаленными углями до готовности. Стручковую фасоль отваривают в подсоленной воде и откидывают на сито.

Готовый шашлык посыпают вымытой и измельченной зеленью укропа, гарнируют вареной стручковой фасолью и подают к столу.

Шашлык из трески с помидорами

Ингредиенты:

700 г филе трески, 300 г помидоров, 200 г репчатого лука, 60 г сливочного масла, 3 лавровых листа, 2 сладких зеленых перца, 10 г сушеного майорана, 10 г сушеного тимьяна, 1/2 пучка петрушки, 1/2 пучка сельдерея, 5–6 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления:

Рыбу нарезают толстыми квадратными кусками, тщательно промывают в холодной воде и промокают салфеткой.

Лук очищают, моют. Помидоры и сельдерей моют. Перец моют и очищают от семян. Лук, помидоры, лавровый лист, сельдерей, зеленый перец и перец горошком заливают кипятком и оставляют на 5–10 минут. После этого воду сливают, лук и сладкий перец нарезают кружками, помидоры дольками. Рыбу, овощи и лавровый лист нанизывают на шампуры, чередуя. Затем посыпают специями, солью и жарят над раскаленными углями 6–8 минут, поворачивая и смазывая рыбу маслом.

Готовый шашлык посыпают вымытой измельченной зеленью и подают к столу.

Шашлык из осетрины с помидорами

Ингредиенты:

1 кг осетрины, 300 г помидоров, 50 г сливочного топленого масла, 5 г мускатных орехов (очищенных), 2 г кардамона, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Осетра очищают от кожи, удаляют внутренности, промывают и нарезают порционными кусками. Каждый кусок солят, перчат, натирают измельченным кардамоном и натертым на мелкой терке мускатным орехом и оставляют на 5–10 минут. Помидоры моют и нарезают дольками. После этого куски рыбы нанизывают на шампуры вперемежку с дольками помидоров. Жарят над раскаленными углями до готовности.

Во время жарки смазывают рыбу топленым сливочным маслом. При подаче к столу рыбу укладывают на блюдо и украшают вымытой рубленой зеленью и дольками помидоров.

Шашлык ассорти с овощами

Ингредиенты:

500 г карпа, 400 г сазана, 500 г судака, 100 г шпика, 100 г репчатого лука, 100 г болгарского перца, 100 г помидоров, 50 мл растительного масла, 30 мл белого винного уксуса, 30 мл томатного соуса, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Рыбу чистят, промывают, удаляют кости, нарезают филе кубиками весом 30–40 г и заливают маринадом, приготовленным из смеси винного уксуса, растительного масла, томатного соуса, соли и перца. Выдерживают в нем рыбу в течение 1–2 часов.

Овощи моют. Шпик нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук — кольцами, болгарский перец — квадратиками, помидоры — кружочками. Нанизывают на шампуры вперемежку кусочки рыбы, сала, кольца лука, квадратики болгарского перца, кружочки помидоров и жарят шашлык над раскаленными углями до готовности, периодически смазывая маринадом.

Готовый шашлык посыпают вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки и подают к столу.

Шашлык из овощей и сосисок

Ингредиенты:

4 болгарского перца, 60 г репчатого лука, 150 г помидоров, 200 г белого хлеба, 4 сосиски, 60 г шпика, 3 зубчика чеснока, 30 мл растительного масла, горчица, томатный соус, соль.

Способ приготовления:

Хлеб нарезают тонкими ломтиками и натирают чесноком. Перец моют, очищают от семян и разрезают вдоль на 3 части. Помидоры моют и нарезают дольками. Лук очищают, моют и нарезают толстыми кольцами. Шпик нарезают ломтиками.

Сосиски разрезают на 4 части, оборачивают посоленными кусками перца и надевают на шампуры вперемежку с ломтиками шпика, лука, помидоров и хлеба. Жарят шашлык над раскаленными углями.

Перед подачей готовый шашлык приправляют томатным соусом или горчицей.

Шашлык из картофеля, помидоров и грибов

Ингредиенты:

400 г картофеля (средних размеров), 200 г помидоров, 300 г шампиньонов, 60 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель очищают, моют, нарезают крупными дольками и опускают в кастрюлю с кипящей водой на 1 минуту. Помидоры моют и нарезают кружочками. Очищенные и промытые шляпки грибов солят и жарят в сковороде на растительном масле до полуготовности. Подготовленные дольки картофеля нанизывают на шампуры вперемежку с грибами и кружочками помидоров. Жарят над раскаленными углями до готовности, периодически поворачивая.

Перед подачей к столу шашлык посыпают вымытой и измельченной зеленью петрушки и укропа, зеленым луком, солью и перцем.

Шашлык из картофеля с болгарским перцем и помидорами

Ингредиенты:

500 г картофеля (средних размеров), 100 г болгарского перца, 100 г помидоров, 100 г соленого свиного сала, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка укропа, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Картофель очищают, моют, нарезают крупными дольками и опускают в кастрюлю с кипящей водой на 1 минуту. Перец моют, очищают от семян и нарезают квадратиками. Помидоры моют и нарезают кружочками. Сало нарезают ломтиками.

Подготовленные дольки картофеля нанизывают на шампуры вперемежку с кусочками соленого сала, перцем и помидорами. Жарят над раскаленными углями до готовности, периодически переворачивая.

Перед подачей к столу шашлык посыпают вымытой и измельченной зеленью петрушки и укропа, зеленым луком, солью и перцем.

Шашлык вегетарианский

Ингредиенты:

300 г болгарского перца, 300 г помидоров черри (мелких), 300 г цукини, 200 г шампиньонов, 100 г репчатого лука, 30 мл растительного масла, 1/2 пучка петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Цукини очищают от кожицы, моют. Перец моют, очищают от семян. Лук очищают и моют. Цукини нарезают кубиками, лук — кольцами, перец — квадратиками.

Помидоры моют. Грибы промывают. На шампуры нанизывают вперемежку кусочки перца, цукини, кольца лука, целые помидоры и шампиньоны, и жарят над раскаленными углями до готовности.

Перед подачей к столу посыпают шашлык солью и перцем и украшают вымытой веточками петрушки.

Начинки

Начинка из капусты

Ингредиенты:

500 г белокочанной капусты, 1 яйцо, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту нашинковать, выложить в кастрюлю с растопленным маслом и обжаривать, помешивая, чтобы не пригорала, в течение 15 минут. Яйцо сварить вкрутую, очистить и нарубить. Добавить в капусту рубленое яйцо, сахар и соль, перемешать. Использовать начинку для приготовления пирогов и пирожков.

Начинка из капусты со сливками

Ингредиенты:

300 г белокочанной капусты, 200 мл сливок, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления:

Капусту нарубить соломкой, посолить, залить сливками и поставить на огонь. Тушить на огне до готовности. Затем откинуть на дуршлаг и заправить сливочным маслом. Использовать начинку для пирогов и пирожков.

Начинка из квашеной капусты

Ингредиенты:

400 г квашеной капусты, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного или растительного масла, 1/4 чайной ложки сахара, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, измельчить и обжарить в 1 столовой ложке масла. Квашеную капусту промыть, обдать кипятком. Откинуть на дуршлаг, чтобы вода стекла. Нарубить капусту, выложить в кастрюлю, добавить оставшееся масло, лук и поставить на огонь. Тушить до готовности, в конце добавить сахар, посолить и поперчить. Начинку использовать для приготовления пирогов, пирожков, блинчиков.

Начинка из квашеной капусты с белыми грибами

Ингредиенты:

400 г квашеной капусты, 20 сушеных белых грибов, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/4 чайной ложки сахара, 7–8 веточек укропа, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Сушеные грибы замочить на 1 час, затем отварить.

Лук очистить, мелко нарубить и обжарить в растительном масле. Добавить к луку измельченные грибы, соль и перец, тушить в течение 3–4 минут.

Капусту промыть. Если очень кислая, обдать кипятком и откинуть на дуршлаг. Мелко нарубить, выложить в кастрюлю со сливочным маслом и тушить под крышкой, пока не станет мягкой. Затем посолить, поперчить, добавить сахар, рубленый укроп, соединить с обжаренным луком и грибами. Держать смесь на огне в течение 2–3 минут. Начинку использовать для приготовления пирогов, пирожков, блинчиков.

Начинка из квашеной капусты и моркови

Ингредиенты:

2 стакана квашеной капусты, 3 морковки, 1 яйцо, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сахара.

Способ приготовления:

Квашеную капусту промыть, отжать и мелко нарубить. Морковь очистить и нарезать соломкой. Соединить капусту и морковь, добавить сахар, сырое яйцо, заправить растительным маслом и хорошо перемешать. Использовать для выпечки пирогов, пирожков, кулебяк.

Начинка из капусты и изюма

Ингредиенты:

400 г белокочанной капусты, 2 столовые ложки изюма, 100 мл молока, соль.

Способ приготовления:

Изюм промыть и обдать кипятком. Капусту нашинковать, смешать с изюмом, посолить, добавить молоко и поставить на огонь. Тушить 8–10 минут, затем охладить.

Использовать начинку для приготовления пирожков и блинчиков.

Начинка из капусты и плавленого сыра

Ингредиенты:

500 г белокочанной капусты, 300 г плавленого сыра, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту промыть и пропустить через мясорубку вместе с сыром. Лук очистить, нарубить и обжарить в растительном масле. Соединить капусту и сыр с луком, посолить, поперчить. Поставить фарш на огонь на 3–5 минут, затем охладить. Начинку использовать для приготовления блинчиков.

Начинка из капусты, кукурузы и сыра

Ингредиенты:

100 г белокочанной капусты, 1 банка консервированной кукурузы, 50 г сыра (любого твердых сортов), 3 столовые ложки томатного соуса, 6–7 веточек петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Капусту тонко нарубить, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, тушить до мягкости. Добавить томатный соус и прогревать еще 1–2 минуты.

Сыр натереть на крупной терке. Зелень промыть и измельчить. Смешать капусту с сыром, кукурузой и зеленью. Использовать для приготовления блинчиков. Намазывать начинку на блин, сворачивать в трубочку. Затем начиненные блинчики запекать в духовке.

Начинка из картофеля и квашеной капусты

Ингредиенты:

400 г картофеля, 200 г квашеной капусты, 1–2 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Картофель очистить и отварить. Квашеную капусту промыть, пробланшировать и откинуть на дуршлаг.

Очищенный лук, капусту и картофель мелко нарубить или пропустить через мясорубку, добавить соль, растительное масло и перемешать.

Начинку использовать для приготовления вареников, пельменей.

Начинка из свежей и квашеной капусты

Ингредиенты:

500 г белокочанной капусты, 100 г квашеной капусты, 5–6 морковок, 3 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки сметаны.

Способ приготовления:

Белокочанную капусту мелко нарубить.

Морковь очистить и натереть на крупной терке.

Квашеную капусту промыть и откинуть на дуршлаг, чтобы вода стекла.

Выложить рубленую свежую капусту и морковь на сковороду с разогретым растительным маслом, добавить квашеную капусту и тушить на сильном огне в течение 5–7 минут, периодически помешивая. Затем залить сметаной и тушить под крышкой еще 4–5 минут.

Начинку использовать для приготовления пирогов и блинчиков.

Начинка из картофеля, квашеной капусты и грибов

Ингредиенты:

200 г картофеля, 300 г квашеной капусты, 10 г сушеных грибов (любых), 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки муки, 5–6 веточек укропа, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Квашеную капусту тщательно промыть и мелко нарубить, затем добавить к ней сахар и тушить на сковороде с растительным маслом до мягкости.

Картофель очистить, отварить, остудить хорошо размять.

Сушеные грибы промыть, отварить и нарезать.

Зелень укропа промыть и нарубить.

Соединить капусту, грибы, картофель, добавить муку, перец, зелень, растопленное сливочное масло и тщательно перемешать.

Готовую начинку использовать для приготовления вареников.

Начинка из картофеля, капусты и грибов

Ингредиенты:

3 картофелины, 200 г белокочанной капусты, 400 г грибов (любых), 1 яйцо, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления:

Картофель очистить, отварить. Капусту нарезать крупными кусками и вместе с картофелем пропустить через мясорубку. Грибы отварить и измельчить ножом или пропустить через мясорубку. Яйцо сварить вкрутую, очистить и натереть на терке. Смешать картофель, грибы, капусту и яйцо, посолить, заправить растительным маслом и хорошо перемешать. Использовать начинку для приготовления блинчиков, пирогов, вареников.

Начинка из кабачков

Ингредиенты:

500 г кабачков, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки очистить от кожуры, удалить семена и волокна, натереть мякоть на крупной терке.

Лук очистить, мелко нарубить и обжарить в растительном масле. Смешать с кабачками, посолить, поперчить, добавить немного воды и тушить на медленном огне до готовности. Начинку использовать для приготовления вареников, пельменей, блинчиков.

Начинка из кабачков с молоком

Ингредиенты:

400 г кабачков, 1 луковица, 100 мл молока, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Кабачки очистить от кожуры, удалить семена и волокна, натереть мякоть на крупной терке. Посолить, влить молоко, поставить на огонь и довести до кипения, после чего остудить.

Лук очистить, мелко нарезать и обжарить в растительном масле. Смешать с кабачками, посолить. Начинку использовать для приготовления блинчиков.

Начинка из кабачков, томатов и сладкого перца

Ингредиенты:

300 г кабачков, 2 помидора, 2 сладких перца, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, душистый молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки очистить от кожуры и семян, мелко нарезать и обжарить в 2 ст. ложках растительного масла, не накрывая крышкой.

Удалить плодоножки и семена у сладкого перца, вымыть, нарезать мелкой соломкой.

Томаты нарезать маленькими ломтиками.

Лук очистить, нарубить и слегка обжарить в растительном масле. Затем добавить сладкий перец и томаты и тушить 4–5 минут.

Соединить все овощи, посолить, поперчить, перемешать и остудить.

Использовать как начинку для блинчиков.

Начинка из томатов, кабачков и сыра

Ингредиенты:

4 помидора (средних размеров), 2 кабачка (маленьких), 150 г сыра (любого твердых сортов), 1/2 стакана сметаны, 3 яйца, 5–7 веточек петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Томаты обдать кипятком, снять кожицу и нарезать их небольшими кубиками.

Кабачки очистить от кожуры, нарезать небольшими кубиками. Яйца взбить со сметаной, добавить соль, перец, измельченную зелень петрушки.

Выложить томаты и кабачки в форму на тесто, посыпать сыром и залить сметаной с яйцами. Начинку накрыть решеткой из тонких полосок теста.

Использовать начинку для приготовления пирогов.

Начинка из томатов, сладкого перца и брынзы

Ингредиенты:

2 помидора (крупных), 3 сладких перца, 10 зеленых оливок (без косточек), 50 г брынзы, 6 столовые ложки растительного масла, 5–7 веточек петрушки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Томаты обдать кипятком, снять кожицу, нарезать ломтиками.

Удалить плодоножки и семена у сладкого перца, вымыть его и нарезать соломкой.

Брынзу натереть на крупной терке. Выложить на пласт теста слоями томаты, сладкий перец, оливки, посолить и поперчить, посыпать брынзой и измельченной зеленью. Сбрызнуть растительным маслом. Начинку использовать для выпечки открытых пирогов.

Начинка из баклажанов и капусты

Ингредиенты:

200 г баклажанов, 150 г белокочанной капусты, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 столовая ложка томатного пюре, 3 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки сахара, 1 чайная ложка муки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Лук очистить, мелко нарезать и слегка обжарить в 1 столовой ложке растительного масла.

Морковь и корень петрушки очистить и натереть на терке. Баклажаны запечь в духовке, остудить, снять кожицу, нарезать мелкими кубиками.

Капусту измельчить, выложить в сотейник с маслом, добавить баклажаны, сахар, соль и поставить на маленький огонь. Через 10–15 минут добавить лук, морковь, корень петрушки, перец, муку и томат-пюре. Перемешать и тушить еще 5–7 минут. Начинку использовать для приготовления вареников.

Консервирование

Салат из огурцов и чеснока в смородиновом соке

Ингредиенты:

2 кг огурцов, 2–3 гвоздички, 3–4 зубчика чеснока, 250 мл сока смородины, 20 г сахара, 2–3 горошины черного перца, веточки укропа и мяты, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Веточки мяты и укропа вымыть, нарезать.

Воду (1 л) довести до кипения, добавить смородиновый сок, гвоздику, перец, сахар и соль, кипятить 3 минуты.

Огурцы и чеснок выложить в банки вместе с укропом и мятой, залить приготовленной смесью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат «Сельский»

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 пучок петрушки, укропа, 1 пучок сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 небольшого корня хрена, лавровый лист, 1/2 чайной ложки корицы, 2 гвоздички, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, выдержать в холодной воде 2 часа, нарезать кружочками. Воду (1 л) довести до кипения, добавить корицу, соль, лавровый лист, гвоздику, кипятить 2 минуты, процедить и охладить.

Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Зелень вымыть, нарубить. Корень хрена очистить, натереть на крупной терке. Огурцы выложить в банки вместе с корнем хрена, зеленью и чесноком, залить рассолом.

Банки накрыть марлей и оставить при комнатной температуре на 12 часов, затем поставить в прохладное место на 24 часа.

Салат из огурцов по-болгарски

Ингредиенты:

2 кг огурцов, 3 луковицы, 2 пучка укропа, петрушки и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), 3 стручка болгарского перца, 400 мл столового уксуса, 80 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками толщиной 4–5 мм. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами толщиной 2–3 мм. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Зелень петрушки, укропа и сельдерея вымыть, нарубить. Корень хрена и чеснок очистить, вымыть и нарезать кубиками.

Огурцы, лук и болгарский перец плотно уложить в банки, сверху положить зелень, корень хрена и чеснок. Залить кипящим маринадом, приготовленным из уксуса, соли, сахара и воды. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат «Закусочный»

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 100 г репчатого лука, 20 г зелени укропа, 1 стручок горького перца, 40 мл 6 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, 2 горошины черного перца, 2 зубчика чеснока, 10 г соли.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками толщиной 0,5–1 см. Очищенный и вымытый лук нарезать колечками 0,5 см шириной. Чеснок очистить, вымыть и разрезать каждый зубчик на 3–4 части. Зелень укропа тщательно вымыть и мелко нарезать. Горький перец вымыть.

Овощи, зелень, соль и уксус перемешать в большой эмалированной кастрюле и уложить в банки, на дно которых предварительно положить горький и черный перец и налить масло. Наполненные банки стерилизовать в течение 12 минут и закатать.

Салат из огурцов по-русски

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 л огуречного сока, 1 л яблочного сока, 100 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки, залить кипящим раствором из яблочного и огуречного сока с добавлением соли и сахара. Настаивать в течение нескольких минут, затем слить жидкость в отдельную емкость, снова довести до кипения и залить огурцы. Повторить еще 2 раза, после этого банки стерилизовать и закатать.

Салат из огурцов и яблок

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 кг яблок, 3–4 листочка мелиссы, 50 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать ломтиками. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать дольками. Огурцы и яблоки обдать кипятком и плотно уложить в банки. Добавить вымытые листья мелиссы.

Из воды, соли и сахара приготовить заливку, влить в банки, слить через 3–4 минуты. Раствор снова довести до кипения и влить в банки. Повторить еще 2 раза, банки стерилизовать и закатать.

Салат «Новгородский»

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1/2 корня хрена, 1/2 пучка зелени эстрагона, 1/2 стручка красного перца, 2 листа вишни, 1 лист дуба, 1 пучок укропа, 3–4 листика базилика, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками. Зелень эстрагона, укропа и базилика вымыть, нарубить. Красный перец вымыть, измельчить.

Корень хрена вымыть, очистить, натереть на терке. Листья вишни и дуба вымыть.

Огурцы плотно уложить в банку вперемежку с зеленью, хреном, перцем, листьями вишни и дуба. Добавить в воду соль, кипятить в течение 5 минут, залить горячим рассолом огурцы. Накрыть банку чистой марлей, через 24 часа закрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Салат «Любительский»

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1–2 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена, 1/2 пучка укропа, петрушки, сельдерея и базилика, 2–3 г лимонной кислоты, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Корень хрена очистить, натереть на крупной терке. Зелень вымыть, нарубить.

Огурцы выложить в банки вперемежку с зеленью, чесноком и хреном, залить кипящим рассолом, приготовленным из воды, соли и лимонной кислоты. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов с луком и морковью

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 3 луковицы, 2 морковки, 100 мл растительного масла, 5 зубчиков чеснока, 1 пучок петрушки, 1 пучок сельдерея, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень вымыть, нарубить.

Огурцы, морковь и лук выложить в кастрюлю, залить растительным маслом, посолить, тушить в течение 30 минут, добавить чеснок.

Смесь переложить в банки, прослаивая зеленью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов в томате

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 л томатного сока, 10–20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки. Томатный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов в яблочном соке

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 л яблочного сока, 10–20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки. Яблочный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов с луком

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 2 луковицы, 150 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.

Огурцы и лук выложить в банки слоями и посыпать солью. Влить растительное масло.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов с морковью и хреном

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 2 морковки, 1 корень хрена (небольшой), 1 стручок болгарского перца, 2 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке. Корень хрена вымыть, очистить, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Огурцы вымыть, нарезать кружочками, выложить в эмалированную емкость, перекладывая каждый ряд слоем моркови, болгарского перца, хрена, чеснока и укропа.

В воду добавить соль и лавровый лист, довести до кипения, приготовленным рассолом залить овощи.

Накрыть емкость крышкой с грузом и поставить в прохладное место.

Салат из огурцов и помидоров

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 кг помидоров, 1 пучок укропа, 2 лавровых листа, 8–10 горошин душистого перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Помидоры и огурцы выложить в банку, пересыпая каждый слой зеленью укропа и душистым перцем.

В кипящую воду добавить соль, лавровый лист, залить рассолом овощи. Накрыть марлей, сверху поместить груз, оставить в теплом помещении на 12 часов, затем поставить в прохладное место.

Салат из огурцов, капусты и моркови

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 кг белокочанной капусты, 2 морковки, 20–30 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать, морковь вымыть, очистить и мелко нарезать. Огурцы вымыть, нарезать соломкой. Овощи смешать и выложить в банки. Приготовить рассол и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов и капусты по-украински

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 кг белокочанной капусты, 2 г семян горчицы, 150 мл 9 %-ного уксуса, 100 г сахара, 3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Огурцы вымыть, нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и варить в подсоленной воде в течение 5 минут, откинуть на дуршлаг и выложить в подготовленные банки вместе с огурцами, перекладывая семенами горчицы.

Перец горошком положить сверху, залить горячим маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов и цветной капусты

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 1 кг цветной капусты, 180 мл 9 %-ного уксуса, 20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия, опустить в кипящую воду на 3 минуты и откинуть на дуршлаг. Огурцы вымыть, нарезать кружочками.

Капусту и огурцы разложить по банкам и залить охлажденным маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат «Слоеный»

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 100 мл растительного масла, 1 л томатного сока, 3 морковки, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1 пучок укропа, сельдерея и петрушки, перец черный горошком, соль.

Способ приготовления:

Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень вымыть, нарубить.

Морковь, корень петрушки и лук обжарить в растительном масле (20 мл) по отдельности, корень петрушки перемешать с зеленью.

В томатный сок добавить соль и сахар, кипятить в течение 15 минут, добавить перец горошком, оставить под крышкой на 10 минут, процедить.

Огурцы вымыть, нарезать кружочками толщиной 2–3 см. Овощи выложить в банки слоями: часть огурцов, лук, морковь, смесь корня петрушки и зелени, оставшиеся огурцы. Залить томатным соком, смешанным с оставшимся растительным маслом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из огурцов, патиссонов и болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 500 г патиссонов, 1 пучок укропа, 2 стручка болгарского перца, 50 мл 9 %-ного уксуса, 70 г сахара, 1–2 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны и огурцы вымыть, нарезать небольшими кусочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Приготовить маринад из уксуса, воды, соли, сахара, черного и душистого перца, процедить.

Огурцы, патиссоны и болгарский перец выложить вперемежку в банки, посыпать зеленью укропа, залить маринадом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров с чесноком и зеленью

Ингредиенты:

600 г помидоров, 1–2 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена, 5–10 г зелени (укроп, петрушка, сельдерей, базилик).

Для рассола: 1 л воды, 2–2,5 г лимонной кислоты, 15 г соли.

Способ приготовления:

Очищенные и вымытые чеснок и корень хрена, а также вымытую зелень положить на дно подготовленных банок, вымытые и крупно нарезанные помидоры уложить сверху. Залить банки кипящим рассолом. Стерилизовать в кипящей воде: литровые банки — 10–15 минут, трехлитровые — 20–25 минут. Герметично закрыть и охладить.

Зеленые помидоры с луком и специями

Ингредиенты:

1 кг зеленых помидоров, 5 лавровых листьев, 100 г репчатого лука, 10 гвоздичек, семена укропа, листья смородины, 1 корень хрена, 10 горошин душистого перца, 10 горошин черного перца.

Для маринада: 1 л воды, 50 мл столового уксуса, 100 г сахара, 50 г соли.

Способ приготовления:

Зеленые помидоры среднего размера перебрать, вымыть и уложить в большие банки. Между помидорами положить специи, лук, листья смородины и прижать все сверху деревянным кружком. Залить кипящим маринадом. Банки герметично закрыть и поставить в холодное место.

Зеленые помидоры с чесноком, луком и морковью

Ингредиенты:

1 кг зеленых томатов, 200 г репчатого лука, 300 г моркови, 100 г растительного масла, 5 зубчиков чеснока, зелень петрушки и сельдерея.

Способ приготовления:

Вымытые помидоры нарезать дольками, очищенный и вымытый лук — кольцами, очищенную и вымытую морковь — кружочками, зелень вымыть, мелко нарубить. Все овощи положить в кастрюлю и залить растительным маслом, тушить 30 минут. Когда помидоры станут мягкими, добавить очищенный, вымытый и измельченный чеснок.

Полученную смесь переложить в полулитровые банки и стерилизовать 15 минут, закатать.

Помидоры с чесноком, зеленью и острым перцем

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 10–20 г зелени укропа, 4–5 г листьев хрена, 3 зубчика чеснока, 5 г зелени петрушки или сельдерея, 1 веточка мяты, 2–3 стручка красного острого перца.

Для маринада: 1 л воды, 100–200 мл столового уксуса, 15–20 г соли, 2–3 г перца, лавровый лист.

Способ приготовления:

Зелень вымыть и крупно нарезать. Красный перец вымыть, удалить плодоножки и семена, разрезать пополам вдоль стручка. Очищенные и вымытые зубчики чеснока разрезать на 3–4 части.

Половину этих ингредиентов уложить на дно банок. Красные или бурые помидоры мелкоплодных сортов перебрать и вымыть, крупно нарезать, после чего положить в банки. Поверх помидоров выложить оставшуюся часть зелени, перца и чеснока. Банки заполнить горячим маринадом и стерилизовать в кипящей воде: полулитровые банки — 5 минут, литровые — 10–12 минут, трехлитровые — 17–20 минут.

Салат из помидоров в томатном соке

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 л томатного сока, 10–30 г сахара, 5–7 г соли.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать дольками, уложить в банки. Томатный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Пастеризовать при температуре 90 °С в течение 30–40 минут, банки закатать.

Салат из помидоров с луком в томатном соке

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 4–5 мелких луковиц, 1 л томатного сока, 10–30 г сахара, 5–7 г соли.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать дольками, уложить в банки. Лук очистить и вымыть, положить целиком к помидорам. Томатный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Пастеризовать при температуре 90 °С в течение 30–40 минут. Затем банки закатать.

Салат из помидоров с морковью и томатным соком

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 100 мл растительного масла, 1 л томатного сока, 3 морковки, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1 пучок укропа, сельдерея и петрушки, перец черный горошком, соль.

Способ приготовления:

Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень вымыть, нарубить.

Морковь, корень петрушки и лук обжарить в растительном масле (20 мл) по отдельности, корень петрушки перемешать с зеленью.

В томатный сок добавить соль и сахар, кипятить в течение 15 минут, добавить перец горошком, оставить под крышкой на 10 минут, процедить.

Помидоры вымыть, нарезать кружочками толщиной 2–3 см. Овощи выложить в банки слоями: часть помидоров, лук, морковь, смесь корня петрушки и зелени, оставшиеся помидоры. Залить томатным с оком, смешанным с оставшимся растительным маслом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров в яблочном соке

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 л яблочного сока, 30 г соли.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и крупно нарезать, уложить в банки.

После этого помидоры два раза залить кипящей водой, выдерживая по 5–10 минут. В третий раз залить кипящим яблочным соком с солью. Банки сразу же закатать и поставить вверх дном до остывания.

Салат из помидоров с томатным и яблочным соком

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 л сока из помидоров, 1 л сока из яблок, 100 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки, залить кипящим раствором из яблочного и томатного сока с добавлением соли и сахара. Настаивать в течение нескольких минут, затем слить жидкость в отдельную емкость, снова довести до кипения и залить помидоры. Повторить еще два раза, после этого банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров и огурцов с томатным и яблочным соком

Ингредиенты:

500 г помидоров, 500 г огурцов, 1 л томатного сока, 1 л яблочного сока, 100 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки, залить кипящим раствором из яблочного и огуречного сока с добавлением соли и сахара. Настаивать в течение нескольких минут, затем слить жидкость в отдельную емкость, снова довести до кипения и залить помидоры. Повторить еще два раза, после этого банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров и чеснока в смородиновом соке

Ингредиенты:

2 кг помидоров, 2–3 гвоздички, 3–4 зубчика чеснока, 250 мл сока из смородины, 20 г сахара, 2–3 горошины черного перца, веточки укропа и мяты, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Веточки мяты и укропа вымыть, нарезать.

Воду (1 л) довести до кипения, добавить смородиновый сок, гвоздику, перец, сахар и соль, кипятить 3 минуты.

Помидоры и чеснок выложить в банки вместе с укропом и мятой, залить приготовленной смесью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров с луком

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 200 г репчатого лука, 150 г растительного масла, 70 г соли.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Помидоры и лук уложить в банки слоями и пересыпать солью.

В наполненные овощами банки влить растительное масло и поставить их стерилизоваться в течение 20 минут. Затем закатать и убрать на хранение в прохладное место.

Салат из помидоров с виноградом

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 300 г винограда, 15 г сахара, 1 зубчик чеснока, 1 лавровый лист, 2–3 листа смородины, 2 листа вишни, 10 г листьев хрена, укроп, петрушка, 50 г паприки, 5 горошин черного перца, 20 г молотого перца, 15 г соли.

Способ приготовления:

Банки простерилизовать и положить в них специи, промытую зелень, листья смородины и хрена, очищенный и вымытый чеснок, вымытые и крупно нарезанные помидоры и промытый и перебранный виноград, соль и сахар. Все это залить на 20 минут кипятком. Затем воду слить и снова прокипятить, влить в банки и закатать их.

Салат из помидоров с горчицей

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 30 г укропа, 2 листа вишни, 2 листа черной смородины, 3 лавровых листа.

Для рассола: 1 л воды, 15 г горчицы, 2,5 столовой ложки сахара, 6 горошин черного перца, 2 столовые ложки соли.

Способ приготовления:

Отобрать чуть недоспелые, одинаковые по размеру помидоры, вымыть, крупно нарезать, уложить плотно в банки, перекладывая лавровыми листьями, вымытыми укропом, листьями вишни и смородины.

Приготовить рассол: в воду добавить соль, сахар, перец горошком, довести до кипения. Снять с огня и добавить сухую горчицу, тщательно перемешать, оставить на некоторое время. Когда рассол станет прозрачным, залить им помидоры, банку закрыть капроновой крышкой и поставить в прохладное место на 2–3 дня.

Острый салат с помидорами, чесноком, зеленью, листьями вишни и смородины

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 30 г укропа, 1 зубчик чеснока, 5 листьев черной смородины, 5 листьев вишни, 20 г зелени сельдерея и петрушки.

Для рассола: 1 л воды, 1 чайная ложка красного молотого перца, 60 г соли.

Способ приготовления:

Отобрать помидоры одинакового размера и одинаковой степени зрелости, вымыть, крупно нарезать, плотно уложить в подготовленную банку, добавить очищенный и вымытый чеснок, вымытые укроп, зелень сельдерея и петрушки, листья черной смородины и вишни. Большую часть специй положить сверху.

Приготовить рассол: в воду добавить соль, перец, довести до кипения. Готовым рассолом залить помидоры, накрыть банку марлей, сложенной в два слоя, и оставить для предварительного брожения на 1–2 суток. Затем банку плотно закрыть капроновой крышкой.

Салат из помидоров с морковью

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 100 г моркови, 100 г корня хрена, 1 болгарский перец, 2 лавровых листа, 2 зубчика чеснока, 100 г зелени укропа.

Для рассола: 1 л воды, 50–60 г соли.

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке, корень хрена вымыть, очистить, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать. Отобрать твердые красные помидоры, вымыть, крупно нарезать, уложить в эмалированную емкость, перекладывая каждый ряд слоем моркови, болгарского перца, хрена и вымытого укропа. Чеснок очистить, вымыть и уложить в емкость вместе с лавровым листом.

В воду добавить соль, довести до кипения, приготовленным рассолом залить помидоры.

Накрыть емкость с помидорами крышкой с грузом и поставить в прохладное место.

Салат из помидоров и огурцов с луком

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 кг огурцов, 1 пучок укропа, 5 луковиц (мелких), 2 лавровых листа, 8–10 горошин душистого перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и огурцы вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить. Лук очистить и вымыть.

Помидоры и огурцы выложить в банку, пересыпая каждый слой зеленью укропа и душистым перцем, добавив мелкие луковицы целиком.

В кипящую воду добавить соль, лавровый лист, залить рассолом овощи. Накрыть марлей, сверху поместить груз, оставить в теплом помещении на 12 часов, затем поставить в прохладное место.

Салат из помидоров с душистым перцем и укропом

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 10 горошин душистого перца, 20 г зелени укропа, 2 лавровых листа.

Для рассола: 700 мл воды, 50 г соли.

Способ приготовления:

Отобрать одинаковые помидоры, вымыть и уложить в банки (или эмалированную емкость), пересыпая каждый ряд вымытой и измельченной зеленью укропа, лавровыми листьями и душистым перцем.

В кипящую воду добавить соль, перемешать. Когда соль полностью растворится, залить рассолом помидоры. Накрыть марлей, сверху поместить груз, оставить в теплом помещении на 3 дня, затем перенести в прохладное место.

Салат из зеленых и красных помидоров с морковью

Ингредиенты:

1 кг зеленых помидоров, 2 кг красных помидоров, 1 кг сладкого перца, 1 кг моркови, 1 кг репчатого лука, 100 мл растительного масла, 20 мл уксусной эссенции, 200 г сахара, 100 г соли.

Способ приготовления:

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зеленые помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Овощи перемешать и оставить на ночь в эмалированной кастрюле. Затем слить выделившийся сок, добавить вымытые и нарезанные ломтиками красные помидоры, соль, сахар, уксусную эссенцию и растительное масло. Варить всю массу в течение 30–40 минут, после чего разложить по стерилизованным банкам и закатать.

Салат «Зимний вечер»

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 150 г репчатого лука, 250 г сладкого перца, 100 г корней петрушки, 15 мл растительного масла, 2–3 горошины черного перца, 1 лавровый лист, 10 г соли.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Корни петрушки вымыть, очистить, крупно нарезать. Все перемешать, добавить специи и растительное масло, посолить. Поставить на 8–10 часов в холодное место, придавив грузом, затем варить в течение 10 минут. Готовый салат разложить по банкам и герметично закрыть.

Салат из помидоров по-одесски

Ингредиенты:

1 кг зеленых или бурых помидоров, 300 г моркови, 300 г репчатого лука, 500 г сладкого перца, 100 г корней петрушки, 20 г зелени петрушки, 100–150 мл 6 %-ного уксуса, 200 мл растительного масла, по 5 горошин душистого и черного перца, 5 гвоздичек, 3–5 лавровых листьев, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и разрезать на 4–6 частей. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена и нарезать кусочками размером 2 × 2 см. Морковь и корни петрушки вымыть, очистить и нарезать соломкой или кубиками. Очищенный лук вымыть, нарезать тонкими кольцами. Зелень петрушки вымыть и измельчить.

Овощи перемешать, добавить соль и уксус. Растительное масло кипятить 5–7 минут и охладить до 70 °С. Банки подогреть, влить в них горячее масло, положить специи и сверху плотно уложить смесь овощей.

Стерилизовать банки в кипящей воде: полулитровые — 50 минут, литровые — 60 минут.

Салат из помидоров и яблок

Ингредиенты:

1 кг зеленых помидоров, 1 кг яблок, 3–4 листа мелиссы, 50 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать дольками. Помидоры и яблоки обдать кипятком и плотно уложить в банки. Добавить вымытые листья мелиссы.

Из воды, соли и сахара приготовить заливку, влить в банки, слить через 3–4 минуты. Раствор снова довести до кипения и влить в банки. Повторить еще 2 раза, банки стерилизовать и закрыть.

Салат из помидоров в яблочном соке

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 л яблочного сока, 10–20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки. Яблочный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров, капусты и моркови

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 кг белокочанной капусты, 2 морковки, 20–30 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать, морковь вымыть, очистить и мелко нарезать. Помидоры вымыть, нарезать соломкой. Овощи смешать и выложить в банки. Приготовить рассол и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров и цветной капусты

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 кг цветной капусты, 180 мл 9 %-ного уксуса, 20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия, опустить в кипящую воду на 3 минуты и откинуть на дуршлаг. Помидоры вымыть, нарезать кружочками.

Капусту и помидоры разложить по банкам и залить охлажденным маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров и капусты по-украински

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 кг белокочанной капусты, 2 г семян горчицы, 150 мл 9 %-ного уксуса, 100 г сахара, 3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и варить в подсоленной воде в течение 5 минут, откинуть на дуршлаг и выложить в подготовленные банки вместе с огурцами, перекладывая семенами горчицы. Перец горошком положить сверху, залить горячим маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров, патиссонов и болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 500 г патиссонов, 1 пучок укропа, 2 стручка болгарского перца, 50 мл 9 %-ного уксуса, 70 г сахара, 1–2 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны и помидоры вымыть, нарезать небольшими кусочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Приготовить маринад из уксуса, воды, соли, сахара, черного и душистого перца, процедить.

Помидоры, патиссоны и болгарский перец выложить вперемежку в банки, посыпать зеленью укропа, залить маринадом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров с хреном и эстрагоном

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1/4 корня хрена, 1/2 пучка эстрагона, 1/2 стручка красного перца, 2 листа вишни, 1 лист дуба, 1 пучок укропа, 3–4 листика базилика, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Зелень эстрагона, укропа и базилика вымыть, нарубить. Красный перец вымыть, измельчить. Корень хрена очистить, натереть на терке. Листья вишни и дуба вымыть.

Помидоры плотно уложить в банку вперемежку с зеленью, хреном, перцем, листьями вишни и дуба.

Добавить в воду соль, кипятить в течение 5 минут, залить горячим рассолом помидоры.

Накрыть банку чистой марлей, через 24 часа закрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Салат из помидоров, зелени и моркови со специями

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 морковка (крупная), 1 пучок петрушки, укропа и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/4 корня хрена (небольшого), 1/4 чайной ложки корицы, 2 гвоздички, лавровый лист, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, выдержать в холодной воде 2 часа, нарезать кружочками. Воду (1 л) довести до кипения, добавить корицу, соль, лавровый лист, гвоздику, кипятить 2 минуты, процедить и охладить.

Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Зелень вымыть, нарубить. Корень хрена и морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Помидоры выложить в банки вместе с корнем хрена, морковью, зеленью и чесноком, залить рассолом.

Банки накрыть марлей и оставить при комнатной температуре на 12 часов, затем поставить в прохладное место на 24 часа.

Салат из помидоров с болгарским перцем, морковью и специями

Ингредиенты:

2 кг помидоров, 3 луковицы, 2 пучка укропа, петрушки и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), 3 стручка болгарского перца, 1 морковь, 400 мл столового уксуса, 80 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать кружочками толщиной 4–5 мм. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами толщиной 2–3 мм. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Зелень петрушки, укропа и сельдерея вымыть, нарубить. Корень хрена, морковь и чеснок очистить, вымыть и нарезать кубиками.

Помидоры, лук и болгарский перец плотно уложить в банки, сверху положить, зелень, корень хрена и чеснок. Залить кипящим маринадом, приготовленным из уксуса, соли, сахара и воды. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров, горького перца с луком и морковью

Ингредиенты:

1 кг помидоров, 1 морковка, 100 г репчатого лука, 20 г зелени укропа, 1 стручок горького перца, 40 мл 6 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, 2 горошины черного перца, 2 зубчика чеснока, 10 г соли.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть и нарезать кружочками толщиной 0,5–1 см. Очищенный и вымытый лук нарезать колечками 0,5 см шириной. Чеснок очистить, вымыть и разрезать каждый зубчик на 3–4 части. Зелень укропа перебрать, тщательно вымыть и мелко нарезать. Горький перец вымыть. Морковь очистить, вымыть и нарезать кружками.

Овощи, зелень, соль и уксус перемешать в большой эмалированной кастрюле и уложить в банки, на дно которых предварительно положить горький и черный перец и налить масло. Наполненные банки стерилизовать в течение 12 минут и закатать.

Салат из помидоров с зеленой стручковой фасолью

Ингредиенты:

600 г помидоров, 400 г стручковой молодой фасоли, 1–2 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена, 1/2 пучка укропа, петрушки, сельдерея и базилика, 2–3 г лимонной кислоты, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Корень хрена очистить, натереть на крупной терке. Зелень вымыть, нарубить.

Стручки фасоли вымыть и обрезать с концов, нарезать кусочками длиной 2–3 см. Опустить в кипящую подсоленную воду на 2–4 минуты и сразу охладить. Подготовленную таким образом фасоль уложить в банки.

Помидоры выложить в банки вперемежку с фасолью, зеленью, чесноком и хреном, залить кипящим рассолом, приготовленным из воды, соли и лимонной кислоты. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из помидоров с луком, стрелками чеснока и морковью

Ингредиенты:

600 г помидоров, 400 г стрелок чеснока, 3 луковицы, 2 морковки, 100 мл растительного масла, 5 зубчиков чеснока, 1 пучок петрушки и сельдерея, соль.

Способ приготовления:

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень вымыть, нарубить. Стрелки чеснока вымыть, нарезать кусками длиной 3–4 см, бланшировать в течение 1 минуты в кипящей воде и разложить по банкам.

Помидоры, морковь и лук выложить в кастрюлю, залить растительным маслом, посолить, тушить в течение 30 минут, добавить чеснок и стрелки чеснока.

Смесь переложить в банки, прослаивая зеленью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат «Овощная фантазия»

Ингредиенты:

1 кг огурцов, 500 г помидоров, 500 г сладкого перца, 2 лавровых листа, 3 стручка горького перца, 10 зубчиков чеснока, 2–3 корня петрушки, 3 чайные ложки уксусной эссенции, зелень укропа, эстрагона, базилика, хрена.

Для рассола: 1 л воды, 50 г соли.

Способ приготовления:

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Огурцы и помидоры вымыть, нарезать кружочками. Зелень вымыть, измельчить. Горький перец вымыть, удалить плодоножки и семена, мелко нарезать. Корень петрушки вымыть, очистить.

На дно стерильных банок положить вымытую зелень. Овощи уложить сверху рядами. Добавить специи, чеснок (предварительно бланшированный в кипящей воде) и корень петрушки. Залить все горячим рассолом и добавить уксусную эссенцию.

Пастеризовать при 80 °С в течение 15 минут.

Баклажанная икра

Ингредиенты:

1 кг баклажанов, 1 кг помидоров, 500 г сладкого перца, 500 г репчатого лука, 150 г яблок, 30 мл растительного масла, 1 чайная ложка сахара, соль.

Способ приготовления:

Очищенный, вымытый и нарезанный лук слегка обжарить в разогретом растительном масле и добавить вымытые и измельченные спелые помидоры. Овощи тушить под закрытой крышкой, изредка помешивая. Пока они тушатся, вымытые баклажаны и сладкий перец, у которого удалены плодоножки и семена, мелко нарезать. Яблоки вымыть, натереть на крупной терке и добавить в емкость с луком и помидорами. Тщательно размешать и тушить на слабом огне, помешивая, до готовности баклажанов. Дать икре покипеть некоторое время без крышки для испарения излишков воды.

Икру тушить на слабом огне до желаемой густоты, добавив в конце приготовления соль и сахар. Горячую икру разложить по банкам, накрыть их крышками и стерилизовать 20 минут, затем сразу же закатать.

Салат из баклажанов и помидоров

Ингредиенты:

1 кг баклажанов, 1 кг помидоров, 1 пучок укропа, 2 лавровых листа, 8–10 горошин душистого перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и баклажаны вымыть, у баклажанов удалить плодоножки, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Помидоры и баклажаны выложить в банку, пересыпая каждый слой зеленью укропа и душистым перцем.

В кипящую воду добавить соль, лавровый лист, залить рассолом овощи. Накрыть марлей, сверху поместить груз, оставить в теплом помещении на 12 часов, затем поставить в прохладное место.

Салат из баклажанов с болгарским перцем

Ингредиенты:

2 кг баклажанов, 3 луковицы, 2 пучка укропа, петрушки и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), 3 стручка болгарского перца, 400 мл столового уксуса, 80 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, удалить плодоножки и нарезать кружочками толщиной 4–5 мм. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами толщиной 2–3 мм. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Зелень петрушки, укропа и сельдерея вымыть, нарубить. Корень хрена и чеснок очистить, вымыть и нарезать кубиками.

Баклажаны, лук и болгарский перец плотно уложить в банки, сверху положить зелень, корень хрена и чеснок. Залить кипящим маринадом, приготовленным из уксуса, соли, сахара и воды. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из баклажанов, капусты и моркови

Ингредиенты:

1 кг баклажанов, 1 кг белокочанной капусты, 2 морковки, 20–30 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать, морковь вымыть, очистить и мелко нарезать. Баклажаны вымыть, удалить плодоножки, очистить, нарезать соломкой. Овощи смешать и выложить в банки. Приготовить рассол из воды соли и сахара и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из баклажанов, патиссонов и болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг баклажанов, 500 г патиссонов, 1 пучок укропа, 2 стручка болгарского перца, 50 мл 9 %-ного уксуса, 70 г сахара, 1–2 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны и баклажаны вымыть, у баклажанов удалить плодоножки, нарезать небольшими кусочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Приготовить маринад из уксуса, воды, соли, сахара, черного и душистого перца, процедить.

Баклажаны, патиссоны и болгарский перец выложить вперемежку в банки, посыпать зеленью укропа, залить маринадом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из баклажанов и капусты по-украински

Ингредиенты:

1 кг баклажанов, 1 кг белокочанной капусты, 2 г семян горчицы, 150 мл 9 %-ного уксуса, 100 г сахара, 3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, удалить плодоножки, очистить, нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и варить в подсоленной воде в течение 5 минут, откинуть на дуршлаг и выложить в подготовленные банки вместе с огурцами, перекладывая семенами горчицы. Перец горошком положить сверху, залить горячим маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Фаршированные кабачки в томатном соке

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 100 г растительного масла.

Для заливки: 1 л свежевыжатого томатного сока, 50 г сахара, черный перец горошком, 30 г соли.

Для овощного фарша: 600 г моркови, по 80 г корней петрушки, сельдерея и пастернака, 25 мл растительного масла, 100 г репчатого лука, зелень укропа, сельдерея и петрушки, перец, соль.

Способ приготовления:

Овощной фарш приготовить из вымытых, очищенных и измельченных овощей и кореньев. Нарезанные овощи и коренья обжарить по отдельности, а затем, слив растительное масло, перемешать. В эту смесь добавить вымытую и мелко нарезанную зелень петрушки, сельдерея, укропа, а также соль и перец.

В томатный сок добавить соль и сахар, кипятить в течение 15 минут, а в конце варки положить немного перца.

Кабачки вымыть, очистить и нарезать кружочками толщиной 2–3 см. Затем обжарить в растительном масле и уложить ингредиенты в банки в следующем порядке: на дно — жареные кабачки, в середину — овощной фарш и сверху — снова кабачки. Все это залить томатным соком, стерилизовать 80 минут и герметично закрыть.

Кабачки с чесноком по-украински

Ингредиенты:

1 кг кабачков (молодых), 100 мл растительного масла, 20 г чеснока, по 15 г зелени укропа и петрушки, 60 мл столового уксуса.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, удалить плодоножки, нарезать кружочками толщиной 2–2,5 см. Кружочки обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Зелень вымыть, мелко нарезать и уложить на дно банок. Затем добавить соль, налить растительное масло и уксус, уложить кабачки.

Стерилизовать в кипящей воде: полулитровые банки — 25 минут, литровые — 45 минут.

Соленые кабачки с листьями айвы и вишни

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 1 лист айвы, 1 лист вишни, 1/2 корня хрена, зелень сельдерея.

Для рассола: 1 л воды, 50 г соли.

Способ приготовления:

Отобрать свежие молодые кабачки, вымыть и уложить в банку или бочонок. Переложить листьями вишни и айвы, вымытым и нарезанным кусочками корнем хрена, вымытой зеленью сельдерея. Сверху положить слой марли, на него деревянную решетку и груз.

Приготовить рассол: довести воду до кипения, растворить в ней соль и охладить. Залить готовым рассолом кабачки, оставить в теплом помещении на 1 неделю.

Периодически сливать рассол и снова заливать.

Соленые кабачки с гвоздикой и листьями хрена

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 2 вишневых листа, 30 г листьев хрена, 30 г зелени петрушки, 2–3 горошины душистого перца, 4–5 гвоздичек, 25 г соли.

Способ приготовления:

Отобрать молодые кабачки с нежной кожицей и недоразвитыми семенами, удалить плодоножки, вымыть, наколоть вилкой и уложить в емкость, предназначенную для соления. Зелень петрушки и листья хрена вымыть, измельчить, добавить к кабачкам, положить вишневые листья и душистый перец.

Приготовить рассол: в воду (500 мл) положить соль и бутоны гвоздики, довести до кипения, снять с огня, охладить, процедить. Залить приготовленным рассолом кабачки, накрыть крышкой с грузом, оставить в теплом месте на 20 дней.

Салат из кабачков и чеснока в смородиновом соке

Ингредиенты:

2 кг кабачков, 2–3 гвоздички, 3–4 зубчика чеснока, 250 мл сока из смородины, веточки укропа и мяты, 20 г сахара, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, срезать кожуру, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Веточки мяты и укропа вымыть, нарезать.

Воду (1 л) довести до кипения, добавить смородиновый сок, гвоздику, перец, сахар и соль, кипятить 3 минуты. Кабачки и чеснок выложить в банки вместе с укропом и мятой, залить приготовленной смесью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат «Сельский»

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 1 пучок петрушки, укропа и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), лавровый лист, 1/2 чайной ложки корицы, 2 гвоздички, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, выдержать в холодной воде 2 часа, нарезать кружочками. Воду (1 л) довести до кипения, добавить корицу, соль, лавровый лист, гвоздику, кипятить 2 минуты, процедить и охладить.

Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Зелень вымыть, нарубить. Корень хрена очистить, натереть на крупной терке. Кабачки выложить в банки вместе с корнем хрена, зеленью и чесноком, залить рассолом.

Банки накрыть марлей и оставить при комнатной температуре на 12 часов, затем поставить в прохладное место на 24 часа.

Салат из кабачков с болгарским перцем

Ингредиенты:

2 кг кабачков (молодых), 3 луковицы, 2 пучка укропа, петрушки и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), 3 стручка болгарского перца, 400 мл столового уксуса, 80 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть и нарезать кружочками толщиной 4–5 мм вместе с кожицей. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами толщиной 2–3 мм.

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Зелень петрушки, укропа и сельдерея вымыть, нарубить.

Корень хрена и чеснок очистить, вымыть и нарезать кубиками.

Кабачки, лук и болгарский перец плотно уложить в банки, сверху положить зелень, корень хрена и чеснок. Залить кипящим маринадом, приготовленным из уксуса, соли, сахара и воды. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из молодых кабачков

Ингредиенты:

1 кг кабачков (молодых), 100 г репчатого лука, 20 г зелени укропа, 1 стручок горького перца, 40 мл 6 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, 2 горошины черного перца, 2 зубчика чеснока, 10 г соли.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть и нарезать кружочками толщиной 0,5–1 см. Очищенный и вымытый лук нарезать колечками шириной 0,5 см. Чеснок очистить, вымыть и разрезать каждый зубчик на 3–4 части. Зелень укропа перебрать, тщательно вымыть и мелко нарезать. Горький перец вымыть.

Овощи, зелень, соль и уксус перемешать в большой эмалированной кастрюле и уложить в банки, на дно которых предварительно положить горький и черный перец и налить масло.

Наполненные банки стерилизовать в течение 12 минут и закатать.

Салат из кабачков с хреном, перцем и базиликом

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 1/4 корня хрена, 1/2 пучка эстрагона, 1/2 стручка красного перца, 2 листа вишни, 1 лист дуба, 1 пучок укропа, 3–4 листика базилика, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Зелень эстрагона, укропа и базилика вымыть, нарубить. Красный перец вымыть, измельчить. Корень хрена вымыть, очистить, натереть на терке. Листья вишни и дуба вымыть.

Кабачки плотно уложить в банку вперемешку с зеленью, хреном, перцем, листьями вишни и дуба.

Добавить в воду соль, кипятить в течение 5 минут, залить горячим рассолом кабачки. Накрыть банку марлей, через 24 часа закрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Салат из кабачков с огуречным и яблочным соком

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 1 л огуречного сока, 1 л яблочного сока, 100 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками, выложить в банки, залить кипящим раствором из яблочного и огуречного сока с добавлением соли и сахара. Настаивать в течение нескольких минут, затем слить жидкость в отдельную емкость, снова довести до кипения и залить кабачки. Повторить еще два раза, после этого банки стерилизовать и закрыть.

Салат из кабачков и яблок

Ингредиенты:

1 кг кабачков (молодых), 1 кг яблок, 3–4 листа мелиссы, 50 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, удалить плодоножки, нарезать ломтиками. Яблоки вымыть, удалить сердцевины и нарезать дольками. Кабачки и яблоки обдать кипятком и плотно уложить в банки. Добавить вымытые листья мелиссы.

Из воды, соли и сахара приготовить заливку, влить в банки, слить через 3–4 минуты. Раствор снова довести до кипения и влить в банки. Повторить еще 2 раза, банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из кабачков с чесноком и зеленью

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 1–2 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена, 1/2 пучка укропа, петрушки, сельдерея и базилика, 2–3 мл лимонной кислоты, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Корень хрена вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень вымыть, нарубить.

Кабачки выложить в банки вперемешку с зеленью, чесноком и хреном, залить кипящим рассолом, приготовленным из воды, соли и лимонной кислоты. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из кабачков и патиссонов с яблоками

Ингредиенты:

1 кг сладкого перца, 1 кг кабачков или патиссонов, 1 кг яблок.

Для заливки: 1 л воды, 200 г меда, 200 мл яблочного уксуса или сока, 30 г соли.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами. Кабачки или патиссоны вымыть, очистить и нарезать кружками, вымытые яблоки — дольками. Все смешать и бланшировать в кипящей заливке 3–5 минут, затем уложить в стерильные банки, залить этим же раствором и герметично закрыть.

Салат из кабачков с луком и морковью

Ингредиенты:

1 кг кабачков, 3 луковицы, 2 морковки, 100 мл растительного масла, 5 зубчиков чеснока, 1 пучок петрушки и сельдерея, соль.

Способ приготовления:

Кабачки вымыть, срезать кожуру, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень вымыть, нарубить.

Кабачки, морковь и лук выложить в кастрюлю, залить маслом, посолить, тушить в течение 30 минут, добавить чеснок.

Смесь переложить в банки, прослаивая зеленью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Соленые патиссоны с зеленью

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 100 г зелени укропа, 25 г корня хрена, 20 г зелени петрушки, 20 г эстрагона, 20 г сельдерея, 2–3 листа черной смородины.

Для рассола: 500 мл воды, 40–50 г соли.

Способ приготовления:

Молодые патиссоны с плотной мякотью и нежной кожицей очень тщательно, пользуясь щеточкой, вымыть, затем в нескольких местах проколоть деревянной палочкой (или вилкой), срезать верхушки в виде кружка диаметром 1–2 см.

Патиссоны плотно уложить в подготовленную для соления емкость.

Положить вымытую зелень укропа, петрушки, эстрагона, сельдерея, листья черной смородины, очищенные, вымытые и нарезанные кусочки хрена. Большую часть специй положить сверху.

Растворить в кипящей воде соль и горячим рассолом залить патиссоны, накрыть марлей, сложенной в 2–3 слоя. Оставить при температуре не ниже 18 °С на 4–5 дней. По прошествии этого времени удалить с поверхности образовавшуюся пену и плесень в случае ее появления. Убрать емкость с соленьем в прохладное место.

При необходимости заменить рассол свежим (той же крепости), а патиссоны вымыть.

Салат из патиссонов в томатном соке

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 1 л томатного сока, 10–20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки. Томатный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Патиссоны, маринованные с перцем

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 10 г веточек укропа, 500 г болгарского перца, 1–2 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, 10 г горького перца, лавровый лист.

Для маринада: 1 л воды, 50 мл 9 %-ного уксуса, 70 г сахара, 50 г соли.

Способ приготовления:

Патиссоны вымыть, нарезать и выложить в подготовленные для консервации банки. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, уложить сверху и добавить: душистый и черный перец, горький перец, лавровый лист, вымытый укроп. Приготовить маринад, вскипятив его. Затем остудить и теплым наполнить банки с верхом. Банки поставить в кастрюлю с теплой водой и стерилизовать в течение 20–25 минут при температуре 100 ˚С. Затем банки закатать.

Салат из патиссонов в яблочном соке

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 1 л яблочного сока, 10–20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны вымыть, нарезать кружочками, выложить в банки. Яблочный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из патиссонов с луком

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 2 луковицы, 150 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Патиссоны и лук выложить в банки слоями и посыпать солью. Влить масло.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из патиссонов с морковью и хреном

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 2 морковки, 1 корень хрена (небольшой), 1 стручок болгарского перца, 2 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке. Корень хрена вымыть, очистить, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать. Чеснок вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Патиссоны вымыть, нарезать кружочками, выложить в эмалированную емкость, перекладывая каждый ряд слоем моркови, болгарского перца, хрена, чеснока и укропа. В воду добавить соль и лавровый лист, довести до кипения, приготовленным рассолом залить овощи.

Накрыть емкость крышкой с грузом и поставить в прохладное место.

Салат из патиссонов и помидоров с зеленью

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 1 кг помидоров, 1 пучок укропа, 2 лавровых листа, 8–10 горошин душистого перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и патиссоны вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Помидоры и патиссоны выложить в банку, пересыпая каждый слой зеленью укропа и душистым перцем.

В кипящую воду добавить соль, лавровый лист, залить рассолом овощи. Накрыть марлей, сверху поместить груз, оставить в теплом помещении на 12 часов, затем поставить в прохладное место.

Салат из патиссонов, капусты и моркови

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 1 кг белокочанной капусты, 2 морковки, 20–30 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать, морковь вымыть, очистить и мелко нарезать. Патиссоны вымыть, нарезать соломкой. Овощи смешать и выложить в банки. Приготовить рассол и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из патиссонов и белокочанной капусты

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 1 кг белокочанной капусты, 2 г семян горчицы, 150 мл 9 %-ного уксуса, 100 г сахара, 3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны вымыть, нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и варить в подсоленной воде в течение 5 минут, откинуть на дуршлаг и выложить в подготовленные банки вместе с огурцами, перекладывая семенами горчицы. Перец горошком положить сверху, залить горячим маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из патиссонов и цветной капусты

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 1 кг цветной капусты, 180 мл 9 %-ного уксуса, 20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия, опустить в кипящую воду на 3 минуты и откинуть на дуршлаг. Патиссоны вымыть, нарезать кружочками.

Капусту и патиссоны разложить по банкам и залить охлажденным маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из патиссонов с овощами и зеленью

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 100 мл растительного масла, 1 л томатного сока, 3 морковки, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1 пучок укропа, сельдерея и петрушки, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления:

Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень вымыть, нарубить. Морковь, корень петрушки и лук обжарить в растительном масле (20 мл), корень петрушки перемешать с зеленью.

В томатный сок добавить соль и сахар, кипятить в течение 15 минут, добавить перец горошком, оставить под крышкой на 10 минут, процедить.

Патиссоны вымыть, нарезать кружочками толщиной 2–3 см. Овощи выложить в банки слоями: часть патиссонов, лук, морковь, смесь корня петрушки и зелени, оставшиеся патиссоны. Залить томатным соком, смешанным с оставшимся растительным маслом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из патиссонов, кабачков и болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг патиссонов, 500 г молодых кабачков, 1 пучок укропа, 2 стручка болгарского перца, 50 мл 9 %-ного уксуса, 70 г сахара, 1–2 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны и кабачки вымыть, нарезать небольшими кусочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Приготовить маринад из уксуса, воды, соли, сахара, черного и душистого перца, процедить.

Патиссоны, кабачки и болгарский перец выложить вперемешку в банки, посыпать зеленью укропа, залить маринадом. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из квашеной капусты по-русски

Ингредиенты:

1 кг квашеной капусты, 500 г моркови, 500 г яблок.

Для рассола: 1 л воды, 40 г сахара, 40 г соли.

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Вымытые яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой.

Капусту, морковь и яблоки смешать и плотно уложить в банки.

Рассол довести до кипения и влить в банки. Прогревать в слабо кипящей воде 10–15 минут в зависимости от размера банок и герметично закрыть.

Салат из квашеной капусты с сельдереем

Ингредиенты:

1 кг квашеной капусты, 500 г кореньев сельдерея, 500 г яблок.

Для рассола: 1 л воды, 40 г сахара, 40 г соли.

Способ приготовления:

Корни сельдерея вымыть, очистить и нарезать соломкой. Вымытые яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой.

Капусту, сельдерей и яблоки смешать и плотно уложить в банки. Рассол довести до кипения и влить в банки. Прогревать в слабо кипящей воде 10–15 минут в зависимости от размера банок и герметично закрыть.

Салат из капусты и чеснока в смородиновом соке

Ингредиенты:

2 кг капусты, 2–3 гвоздички, 3–4 зубчика чеснока, 250 мл сока из смородины, 3–4 веточки укропа и мяты, 20 г сахара, 2–3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья. Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Веточки мяты и укропа вымыть, нарезать.

Воду (1 л) довести до кипения, добавить смородиновый со к, гвоздику, перец, сахар и соль, кипятить 3 минуты. Капусту и чеснок выложить в банки вместе с укропом и мятой, залить приготовленной смесью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты с хреном и чесноком

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1 пучок петрушки, укропа и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), лавровый лист, 1/2 чайной ложки корицы, 2 гвоздички, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, выдержать в холодной воде 2 часа, крупно нарезать. Воду (1 л) довести до кипения, добавить корицу, соль, лавровый лист, гвоздику, кипятить 2 минуты, процедить и охладить.

Чеснок очистить, вымыть, крупно нарезать. Зелень вымыть, нарубить. Корень хрена вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Капусту выложить в банки вместе с корнем хрена, зеленью и чесноком, залить рассолом.

Банки накрыть марлей и оставить при комнатной температуре на 12 часов, затем поставить в прохладное место на 24 часа.

Салат из капусты с болгарским перцем и специями

Ингредиенты:

2 кг капусты, 3 луковицы, 2 пучка укропа, петрушки и сельдерея, 3 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена (небольшого), 3 стручка болгарского перца, 400 мл столового уксуса, 80 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и крупно нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами толщиной 2–3 мм. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Зелень петрушки, укропа и сельдерея вымыть, нарубить. Корень хрена и чеснок очистить, вымыть и нарезать кубиками.

Капусту, лук и болгарский перец плотно уложить в банки, сверху положить зелень, корень хрена и чеснок. Залить кипящим маринадом, приготовленным из уксуса, соли, сахара и воды. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты, горького перца и зелени

Ингредиенты:

1 кг капусты, 100 г репчатого лука, 20 г зелени укропа, 1 стручок горького перца, 40 мл 6 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, 2 горошины черного перца, 2 зубчика чеснока, 10 г соли.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и мелко нашинковать. Очищенный и вымытый лук нарезать колечками шириной 0,5 см. Чеснок очистить, вымыть и разрезать каждый зубчик на 3–4 части. Зелень укропа перебрать, тщательно вымыть и мелко нарезать. Горький перец вымыть.

Овощи, зелень, соль и уксус перемешать в большой эмалированной кастрюле и уложить в банки, на дно которых предварительно положить горький и черный перец и налить масло. Наполненные банки стерилизовать в течение 12 минут и закатать.

Салат из капусты с огуречным и яблочным соком

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1 л огуречного сока, 1 л яблочного сока, 100 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья, выложить в банки, залить кипящим раствором из яблочного и огуречного сока с добавлением соли и сахара. Настаивать в течение нескольких минут, затем слить жидкость в отдельную емкость, снова довести до кипения и залить капусту. Повторить еще два раза, после этого банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты и яблок с мелиссой

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1 кг яблок, 3–4 листа мелиссы, 50 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать дольками. Капусту и яблоки обдать кипятком и плотно уложить в банки. Добавить вымытые листья мелиссы.

Из воды, соли и сахара приготовить заливку, влить в банки, слить через 3–4 минуты. Раствор снова довести до кипения и влить в банки. Повторить еще 2 раза, банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты, хрена и листьев вишни

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1/4 корня хрена, 1/2 пучка эстрагона, 1/2 стручка красного перца, 2 листа вишни, 1 лист дуба, 1 пучок укропа, 3–4 листика базилика, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья. Зелень эстрагона, укропа и базилика вымыть, нарубить. Красный перец вымыть, измельчить. Корень хрена вымыть, очистить, натереть на терке. Листья вишни и дуба вымыть.

Капусту плотно уложить в банку вперемешку с зеленью, хреном, перцем, листьями вишни и дуба.

Добавить в воду соль, кипятить в течение 5 минут, залить горячим рассолом капусту. Накрыть банку марлей, через 24 часа закрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Салат из белокочанной капусты с зеленью

Ингредиенты:

1 кг белокочанной капусты, 1–2 зубчика чеснока, 1/2 корня хрена, 1/2 пучка укропа, петрушки, сельдерея и базилика, 2–3 г лимонной кислоты, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья. Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки. Корень хрена очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Зелень вымыть, нарубить.

Капусту выложить в банки вперемешку с зеленью, чесноком и хреном, залить кипящим рассолом, приготовленным из воды, соли и лимонной кислоты. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты с луком и морковью

Ингредиенты:

1 кг капусты, 3 луковицы, 2 морковки, 100 мл растительного масла, 5 зубчиков чеснока, 1 пучок петрушки и сельдерея, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Чеснок очистить, вымыть, нарубить. Зелень вымыть, нарубить.

Капусту, морковь и лук выложить в кастрюлю, залить маслом, посолить, тушить в течение 30 минут, добавить чеснок.

Смесь переложить в банки, прослаивая зеленью. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты в томатном соке

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1 л томатного сока, 10–20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья, выложить в банки. Томатный сок довести до кипения, добавить соль и сахар и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты с луком

Ингредиенты:

1 кг капусты, 2 луковицы (крупные), 150 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Капусту и лук выложить в банки слоями и посыпать солью. Влить растительное масло.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты в яблочном соке

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1 л яблочного сока, 10–20 г сахара, перец, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, разобрать на листья, выложить в банки. Яблочный сок довести до кипения, добавить соль, перец и сахар и влить в банки.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты с морковью и хреном

Ингредиенты:

1 кг капусты, 2 морковки, 1 корень хрена (небольшой), 1 стручок болгарского перца, 2 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления:

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке. Корень хрена вымыть, очистить, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать. Чеснок вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Капусту вымыть, разобрать на листья, выложить в эмалированную емкость, перекладывая каждый ряд слоем моркови, болгарского перца, хрена, чеснока и укропа.

В воду добавить соль и лавровый лист, довести до кипения, приготовленным рассолом залить овощи.

Накрыть емкость крышкой с грузом и поставить в прохладное место.

Салат из капусты и помидоров

Ингредиенты:

1 кг капусты, 1 кг помидоров, 1 пучок укропа, 2 лавровых листа, 8–10 горошин душистого перца, соль.

Способ приготовления:

Помидоры и капусту вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Помидоры и капусту выложить в банку, пересыпая каждый слой зеленью укропа и душистым перцем.

В кипящую воду добавить соль, лавровый лист, залить рассолом овощи. Накрыть марлей, сверху установить груз, оставить в теплом помещении на 12 часов, затем поставить в прохладное место.

Салат из капусты, огурцов и моркови

Ингредиенты:

1 кг белокочанной капусты, 1 кг огурцов, 2 морковки, 20–30 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, морковь вымыть, очистить и мелко нарезать. Капусту вымыть, нарезать соломкой. Овощи смешать и выложить в банки. Приготовить рассол и влить в банки. Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты и баклажанов

Ингредиенты:

1 кг белокочанной капусты, 1 кг баклажанов, 2 г семян горчицы, 150 мл 9 %-ного уксуса, 100 г сахара, 3 горошины черного перца, соль.

Способ приготовления:

Баклажаны вымыть, удалить плодоножки, срезать кожуру, нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать и варить в подсоленной воде в течение 5 минут, откинуть на дуршлаг и выложить в подготовленные банки вместе с баклажанами, перекладывая семенами горчицы. Перец горошком положить сверху, залить горячим маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из цветной капусты и огурцов с помидорами

Ингредиенты:

1 кг цветной капусты, 500 г помидоров, 500 г огурцов, 180 мл 9 %-ного уксуса, 20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия, опустить в кипящую воду на 3 минуты и откинуть на дуршлаг. Огурцы и помидоры вымыть, нарезать крупными кусочками. Капусту и помидоры с огурцами разложить по банкам и залить охлажденным маринадом, приготовленным из уксуса, воды, соли и сахара.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты с томатным соком и зеленью

Ингредиенты:

1 кг капусты, 100 мл растительного масла, 1 л томатного сока, 3 морковки, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1 пучок укропа, сельдерея и петрушки, черный перец горошком, 20 г сахара, соль.

Способ приготовления:

Морковь и корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень вымыть, нарубить.

Морковь, корень петрушки и лук обжарить в растительном масле (20 мл) по отдельности, корень петрушки перемешать с зеленью.

В томатный сок добавить соль и сахар, кипятить в течение 15 минут, добавить перец горошком, оставить под крышкой на 10 минут, процедить.

Капусту вымыть, разобрать на листья. Овощи выложить в банки слоями: часть капусты, лук, морковь, смесь корня петрушки и зелени, сверху — оставшуюся капусту. Залить томатным соком, смешанным с оставшимся растительным маслом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из капусты, патиссонов и болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг капусты, 500 г патиссонов, 2 стручка болгарского перца, 50 мл 9 %-ного уксуса, 70 г сахара, 1–2 горошины душистого перца, 2–3 горошины черного перца, 1 пучок укропа, соль.

Способ приготовления:

Патиссоны и капусту вымыть, патиссоны нарезать небольшими кусочками, капусту нашинковать. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать ломтиками. Зелень укропа вымыть, нарубить.

Приготовить маринад из уксуса, воды, соли, сахара, черного и душистого перца, процедить.

Капусту, патиссоны и болгарский перец выложить вперемешку в банки, посыпать зеленью укропа, залить маринадом.

Банки стерилизовать и герметично закрыть.

Салат из краснокочанной капусты с яблоками и хреном

Ингредиенты:

1 кг краснокочанной капусты, 70 г репчатого лука, 6–12 г корня хрена, 200 г яблок, 40 мл 9 %-ного уксуса, 100 мл растительного масла, 4 лавровых листа, корица на кончике ножа, гвоздика, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления:

Капусту вымыть и нашинковать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Корень хрена вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками.

Капусту тушить в подсоленной воде до полуготовности, затем добавить лук, яблоки, хрен, пряности и масло. Полученную смесь на умеренном огне довести до кипения, добавить уксус и в горячем виде разложить по банкам.

Наполненные банки простерилизовать при температуре 100 ˚С (полулитровые банки — 35 минут, литровые — 45 минут), затем сразу же закатать.

Капуста, маринованная с хреном

Ингредиенты:

1 кг капусты, корни хрена, 15 г соли.

Для маринада: 1 л воды, в которой варилась капуста, 400 мл 6 %-ного уксуса, 50 г соли.

Способ приготовления:

Вымытые и очищенные от верхних листьев небольшие кочаны разрезать на 4 части таким образом, чтобы вилок не распался, а держался на кочерыжке. Надрезанные кочаны опустить в кипящую подсоленную воду на 5 минут. Затем вынуть и уложить в банки рядами: капуста, вымытые и очищенные корни хрена. Залить кипящим маринадом, стерилизовать 30 минут и герметично закрыть.

Капуста по-московски с морковью и специями

Ингредиенты:

1 кг капусты, 200 г моркови.

Для рассола: 1 л воды, 20–30 г сахара, 20–30 г соли.

Способ приготовления:

Капусту вымыть, нашинковать, морковь вымыть, очистить и мелко нарезать.

Овощи смешать и уложить в банки. Приготовить рассол и сразу же, кипящим, влить в банки.

Пастеризовать при температуре 80–90 °С в течение 40–50 минут. Банки герметично закрыть и после остывания поставить в холодное место.

Салат консервированный из квашеной капусты с морковью и яблоками

Ингредиенты:

500 г квашеной капусты, 500 г моркови, 200 г яблок.

Для рассола: 1 л воды, 40 г сахара, 40 г соли.

Способ приготовления:

Морковь и яблоки вымыть, очистить, нарезать, перемешать с капустой и плотно уложить в банки.

Рассол довести до кипения и горячим залить содержимое банок. Банки стерилизовать в слабо кипящей воде 10–12 минут, после чего герметично закрыть.

Салат из болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 150 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, испечь в духовке, снять кожицу, посолить и обжарить со всех сторон в растительном масле до золотистого цвета. Затем перец уложить в подготовленные банки, периодически сбрызгивая растительным маслом, в котором он жарился. Стерилизовать 90 минут.

Салат-икра из болгарского перца

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 1 кг помидоров, 150 мл растительного масла, 40 г сахара, 50 г соли.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, измельчить и тушить в небольшом количестве воды 15 минут, а затем откинуть на дуршлаг.

К приготовленному пюре добавить сок вымытых, очищенных и протертых помидоров.

Полученную смесь варить, постоянно помешивая деревянной ложкой, до густой кашеобразной консистенции. В конце варки добавить масло, сахар и посолить.

Кипящую икру разлить в подготовленные банки, наполняя их доверху, сразу закатать и перевернуть вверх дном.

Жареный перец с луком

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 2 луковицы, 150 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, испечь в духовке, снять кожицу, посолить и обжарить со всех сторон в растительном масле до золотистого цвета. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, также обжарить. Затем перец с луком уложить в подготовленные банки, периодически сбрызгивая растительным маслом, в котором они жарились. Стерилизовать 90 минут.

Икра из болгарского перца с помидорами и огурцами

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 500 г помидоров, 500 г огурцов, 150 мл растительного масла, 40 г сахара, 50 г соли.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, измельчить и тушить в небольшом количестве воды 15 минут, а затем откинуть на дуршлаг.

К приготовленному пюре добавить сок вымытых, очищенных и протертых помидоров. Огурцы вымыть, натереть на терке. Все соединить. Полученную смесь варить, постоянно помешивая деревянной ложкой, до густой кашеобразной консистенции. В конце варки добавить растительное масло, сахар и посолить. Кипящую икру разлить в подготовленные банки, наполняя их доверху, сразу закатать и перевернуть вверх дном.

Салат из болгарского перца по-рижски

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 1,5 кг помидоров, 400 г репчатого лука, 40 г зелени петрушки и укропа, 200 мл растительного масла, 20 г сахара, 20 г соли.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, затем нарезать небольшими кусочками и слегка обжарить в растительном масле. Очищенный, вымытый и нарезанный кольцами лук обжарить до золотистого цвета. Петрушку и укроп вымыть и измельчить. Вымытые и нарезанные помидоры уварить до половины их первоначального объема. При помешивании добавить в помидорную кашицу соль, сахар и растительное масло. После того как соль и сахар полностью растворятся, положить перец, лук и зелень. Смесь довести до кипения и разложить по банкам. После чего стерилизовать в кипящей воде в течение 40 минут и герметично закрыть.

Болгарский перец с морковью и помидорами

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 1 кг помидоров, 500 г моркови, 400 г репчатого лука, 40 г зелени петрушки и укропа, 200 мл растительного масла, 20 г сахара, 20 г соли.

Способ приготовления:

Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, затем нарезать небольшими кусочками и слегка обжарить в растительном масле. Очищенный, вымытый и нарезанный кольцами лук обжарить до золотистого цвета. Морковь очистить, вымыть, нарезать соломкой, слегка обжарить. Петрушку и укроп вымыть и измельчить.

Вымытые и нарезанные помидоры уварить до половины их первоначального объема. При помешивании добавить в помидорную кашицу соль, сахар и растительное масло. После того как соль и сахар полностью растворятся, положить перец, морковь, лук и зелень. Смесь довести до кипения и разложить по банкам. После чего стерилизовать в кипящей воде в течение 40 минут и герметично закрыть.

Салат из перца по-украински

Ингредиенты:

1 кг болгарского перца, 700 г зеленых помидоров, 100 г репчатого лука, 150 г моркови, 1 пучок укропа и петрушки, 3 лавровых листа, 50 мл столового уксуса, 30 мл растительного масла, 20 г сахара, 4–5 горошин черного перца, 10 г соли.

Способ приготовления:

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать полосками. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Овощи перемешать. На дно стерилизованных банок уложить зелень и специи, потом — овощи, добавить соль, сахар, уксус, растительное масло. Банки с салатом стерилизовать в зависимости от размера в течение 15–25 минут и герметично закрыть.